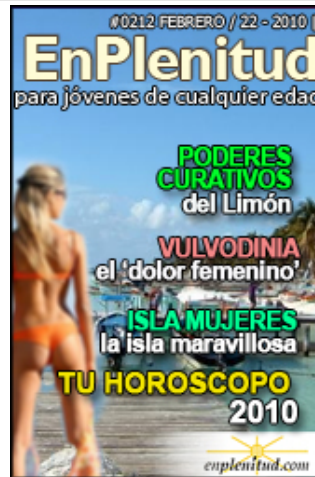


Ahora puede descargar nuestra revista como pdf, y regalársela a todos sus amigos.

Para descargarla haga clic con el boton DERECHO del mouse en [este link](#) y elija la opción

"GUARDAR DESTINO COMO."

- ▶ [Te espero en Isla Mujeres...](#)
- ▶ [Poderes curativos del limon](#)
- ▶ [Como curar el 'dolor femenino'](#)
- ▶ [La mejor alternativa para tu dinero](#)
- ▶ [Como preparar un buffet](#)
- ▶ [El poder de tus pensamientos](#)
- ▶ [Como mantener el erotismo en el matrimonio](#)
- ▶ [Dieta sin sufrir](#)
- ▶ [Como esconder kilos con la ropa](#)
- ▶ [Como estampar y decorar telas](#)
- ▶ [Que tipo de turista eres?](#)
- ▶ [Feng Shui decorativo](#)
- ▶ [Como atraer clientes con un blog](#)
- ▶ [Horoscopo 2010](#)
- ▶ [Look sexy para mujeres normales](#)
- ▶ [Fondue facil](#)
- ▶ [Horoscopo 2010](#)
- ▶ [Como compartir tus fotos digitales](#)
- ▶ [Como iluminar tu jardin](#)
- ▶ [Como saber si tu perro esta gordo?](#)



BECAS DE 2120 EUROS

CURSOS GRATIS

LIBROS GRATIS

TODO PARA TU MOVIL

**El secreto:**

**Como preparar un buffet**

▶ <http://www.enplenitud.com/recetas/buffet.asp>



### Poderes curativos del limon

El limon ofrece grandes beneficios para la salud. Aqui te contamos como aprovecharlos...

<http://www.enplenitud.com/salud/limon.asp>



### Como curar el 'dolor femenino'

Tambien conocido como "el dolor de abajo", la vulvodinia ocasiona grandes trastornos a muchas mujeres. Si eres una de ellas, debes leer lo que sigue...

<http://www.enplenitud.com/salud/vulvodinia.asp>

### Como esconder kilos con la ropa

Tecnicas para disimular los kilos de mas usando el poder de las prendas que mas te favorecen

<http://www.enplenitud.com/belleza/kilos.asp>

### La mejor alternativa para tu dinero

Como lograr lo que todo el mundo piensa que es imposible...?

<http://www.enplenitud.com/dinero/mercados.asp>

### Como estampar y decorar telas

Te mostramos todas las novedades de la nueva version del paquete de aplicaciones de oficina mas utilizado en todo el mundo, el Microsoft Office en su version 2010

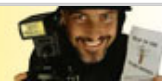
[7 pasos para enseñar a tus hijos a apreciar el valor del dinero...](#)

### Nuevos cursos gratis ▶

Lenguaje verbal

<http://www.enplenitud.com/cursos/lenguaje-verbal.asp>

### Ultimo momento



### Dieta sin sufrir

Una dieta de 1600 calorías, especialmente diseñada para perder peso algunos kilos de mas en forma paulatina y sin sufrir

<http://www.doctordietas.net/dietasinsufrir.asp>

### Look sexy para mujeres normales

Te contamos que estilos de maquillaje te benefician mas, segun tu caracter...

<http://www.enplenitud.com/belleza/look.asp>

### Que tipo de turista eres?

Existen diferentes tipos de viajeros, segun sus preferencias a la hora de elegir un destino y sus habitos vacacionales Cual eres tu?

<http://www.enplenitud.com/viajes/turistas.asp>

### El poder de tus pensamientos

Como lograr lo que todo el mundo piensa que es imposible...?

<http://www.enplenitud.com/psicologia/pensamientos.asp>

### Como mantener el erotismo en el matrimonio

Hay quienes opinan que el erotismo, naturalmente, decae en el transcurso de una relacion estable como el matrimonio o la convivencia. Exploremos que hay de cierto, y como mejorar las cosas...

<http://www.enplenitud.com/pareja/erotismo.asp>

### Como atraer clientes con un blog

Puede ser facil escribir contenido para un blog, pero.. contenido que atrape a tus lectores? Eso es otra cosa...

<http://www.enplenitud.com/negocios/blogclientes.asp>

### Libros digitales gratis ▶

Las cadenas de pasivo: Modelo de hiper-desarrollo para nuevas energias

<http://www.enplenitud.com/libros/libro234.asp>

## RECOMENDADOS

### Salud

[Tratamiento de la ciática y la hernia de disco](#)

### Seguridad

[Cómo evitar accidentes innecesarios en el hogar](#)

### Mascotas

[Adiestrar animales para los ancianos](#)

### Jardin

[Todo sobre las plantas colgantes](#)

### Manualidades

[Ventajas y desventajas de los materiales para Velas Artesanales](#)

### Genealogia

[La genealogía no es sólo un hobby: restitución de propiedades en Europa Oriental](#)

### Bienestar

[El Tai Chi, una forma de mejorar física y espiritualmente](#)

### Sociedad

[La problemática de los mayores homosexuales](#)

### Belleza

[Piernas perfectas: secretos naturales](#)

### Juegos

[El caso del melón fugitivo](#)

### Eres profesional? Colabora con nosotros y hazte conocer gratis !!

#### Te gustaron estas notas?, Quieres compartirlas?

Reenvia este boletín ahora mismo a quien desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

<mailto:reenvio@senplenitud.com>

Si quieres darte a conocer sin costo a las más de dos millones de personas que visitan En Plenitud todos los meses, envíanos tus notas o artículos sobre tu especialidad a:

<mailto:envionotas@enplenitud.com>

y con gusto nuestra redacción los considerará para su publicación (**las notas pueden incluir tus datos de contacto** y antecedentes profesionales, pero NO deben ser meramente promocionales y deben contener información de utilidad para el lector).

HAZTE CONOCER

QUIERES UN BLOG?

QUIERES SER PROFESOR?

CURSOS EN TU WEB

**Descarga ahora!** *Los mejores ringtones y logos para tu móvil !!*

<http://www.tonos.enplenitud.com>

### EMPECEMOS CON UNA SONRISA

#### El borracho y el policía

Estaba un borracho caminando tranquilamente en la calle y de repente se encuentra un muerto tirado debajo de una caseta telefónica y decide llamar a la policía:

- Buenas noches, usted está hablando a la estación de policía, ¿cuál es su problema?  
- He encontrado a un muerto dice el borracho.  
- Está seguro de que está muerto.

- Sí, señor estoy seguro.

- Muy bien, en que calle se encuentra.

- Espéreme, le vuelvo a llamar ahorita.

Entonces el borracho se dirige a ver el nombre de la calle y apresurado regresa al teléfono y vuelve a marcar.

- Buenas noches usted está hablando a la estación de policías, ¿cuál es su problema?

- Soy el del muerto.

-

Ah sí señor, ¿cuál es la calle?

- Es... a ver, déjeme volver a ir a ver.

Va varias veces y siempre a la hora de marcar se le olvida el nombre de la calle..

Hasta que por la décima vez habla:

- Buenas noches, usted está hablando a la estación de policía, ¿cuál es su problema?

- El del muerto.

- Ah otra vez usted, señor, ahora sí dígame como se llama la calle.

- Libertad.

- Pero por que no lo dijo antes si no está tan difícil.

- ¡Es que el nombre de la otra estaba tan difícil que mejor moví al muerto!

### UNA CARICIA EN EL ALMA

#### Historias de perros

Se dice que en un pequeño y lejano pueblo, había una casa abandonada.

Cierto día, un perrito buscando refugio del sol, logró meterse por un agujero de una de las puertas de dicha casa.

El perrito subió lentamente las viejas escaleras de madera. Al terminar de subir se topó con una puerta semiabierta; lentamente se adentro en el cuarto y para su sorpresa, se dio cuenta que dentro de ese cuarto había 1000 perritos más observándolo tan fijamente como él les observaba a ellos.

El perrito comenzó a mover la cola y a levantar sus orejas poco a poco, y los 1000 perritos hicieron lo mismo.

Posteriormente sonrió y le ladró alegremente a uno de ellos. El perrito se quedó sorprendido al ver que los 1000 perritos también le sonreían y ladraban alegremente con él.

Cuando salió del cuarto se quedó pensando para sí mismo:

- ¡Que lugar tan agradable!. ¡Voy a venir mas seguido a visitarlo!.

Tiempo después, otro perrito callejero entró al mismo sitio y se encontró en el mismo cuarto.

Pero, a diferencia del primero, este perrito al ver a los otros 1000 del cuarto se sintió amenazado, ya que lo estaban mirando de una manera agresiva. Posteriormente empezó a gruñir, y obviamente vio como los 1000 perritos le ladraron también a él.

Cuando este perrito salió del cuarto pensó:

- ¡Que lugar tan horrible es este!. ¡Nunca mas volveré a entrar allí!.

En la fachada de dicha casa se encontraba un viejo letrero que decía:

"La casa de los 1000 espejos"...

Te gusta?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a?

regalarle una sonrisa a un amigo/a?

Reenvialo ahora mismo a quien tu desees, o envianos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

Reenvialo ahora mismo a quien tu desees, o envianos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Encuentra mas chistes y humor en:

<http://www.enplenitud.com/areas.asp?areaid=39>

Encuentra mas caricias para el alma en:

<http://www.enplenitud.com/V2areas.ASP?areaid=8>

### Recomendados

Clasificados gratis

<http://www.enplenitud.com/clasificados/>

Tarjetas y postales gratis

<http://www.enplenitud.com/selectpostal.asp>

### Imperdibles

Becas de hasta 2000 euros

<http://www.enplenitud.com/expocursos/becas.html>

Personales gratis

<http://personales.enplenitud.com>

## Lo que te conviene:

### Beneficios de la baja temporada

<http://www.enplenitud.com/viajes/bajatemporada.asp>



### Terapias alternativas contra la caída del pelo

Analizamos algunos de los tratamientos propuestos como alternativas en el tratamiento de la caída del pelo

<http://www.enplenitud.com/belleza/alopecia.asp>



### Como jubilarte sin morir de hambre

Mucha gente se preocupa por los ingresos que tendra durante sus años de retiro. Pero se olvida que la clave esta en ocuparse de administrarlos bien durante la vida laboral...

<http://www.enplenitud.com/dinero/mastranquilo.asp>

### Recetas naturales para el cuidado de tu rostro

Dos recetas naturales para limpiar y suavizar la piel, y destapas los poros de tu rostro

<http://www.enplenitud.com/belleza/rostro.asp>

### Como saber cual es tu direccion IP

Cada computadora que tiene acceso a Internet tiene una direccion IP, y en ocasiones es necesario saber cual es la nuestra. Te contamos como averiguarlo

<http://www.enplenitud.com/computacion/ip.asp>

### Lo nuevo de Microsoft Office 2010

Te mostramos todas las novedades de la nueva version del paquete de aplicaciones de oficina mas utilizado en todo el mundo, el Microsoft Office en su version 2010

<http://www.enplenitud.com/computacion/office2010.asp>

### Nuevos cursos gratis

Lenguaje verbal

<http://www.enplenitud.com/cursos/lenguaje-verbal.asp>

Uso de la Tarjeta de Crédito

<http://www.enplenitud.com/cursos/tarjetas-credito.asp>

### Ultimo momento



### Como hacer para que vuelva contigo

Si no te resignas a que te haya dejado y quieres que vuelva, esta nota es para ti...

<http://www.enplenitud.com/pareja/quevuelva.asp>

### Decoracion con globos

Te enseñamos juegos para animar fiestas infantiles y que los niños no se aburran...

<http://www.enplenitud.com/manualidades/globos.asp>

### Como decorar con poco dinero

Cuando no alcanza el dinero, para decorar nuestro hogar como quisieramos, hay que reemplazarlo con imaginacion... y algunas sencillas reglas

<http://www.enplenitud.com/decoracion/presupuesto.asp>

### Crocante de bananas

Una vuelta de tuerca original para los tradicionales platanos...

<http://www.enplenitud.com/recetas/bananas.asp>

### Como tomarte unas vacaciones genealogicas

Para efectuar una buena investigacion genealogica, probablemente tendremos que dirigirnos al extranjero para hallar documentos imposibles de conseguir en nuestro pais. Y esto podria ser una gran oportunidad de aunar el placer de viajar con el reencuentro con nuestras raices!!

<http://www.enplenitud.com/viajes/genealogia.asp>

### Ideas para jardines pequeños

Un espacio pequeño no tiene por que impedirle disfrutar de una jardin que exprese sus gustos, si se conocen algunas claves que aqui le presentamos...

<http://www.enplenitud.com/jardin/ideas.asp>

### Libros digitales gratis

Las cadenas de pasivo: Modelo de hiper-desarrollo para nuevas energias

<http://www.enplenitud.com/libros/libro234.asp>

El calculo real de las comisiones bancarias

<http://www.enplenitud.com/libros/libro235.asp>

## Te gustaron estas notas?, Quieres compartirlas?

Reenvia este boletín ahora mismo a quien desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

<mailto:reenvio@senplenitud.com>

Si quieres darte a conocer sin costo a las más de dos millones de personas que visitan En Plenitud todos los meses, envíanos tus notas o artículos sobre tu especialidad a:

<mailto:envionotas@enplenitud.com>

y con gusto nuestra redacción los considerará para su publicación (**las notas pueden incluir tus datos de contacto** y antecedentes profesionales, pero NO deben ser meramente promocionales y deben contener información de utilidad para el lector).

HAZTE CONOCER

QUIERES UN BLOG?

QUIERES SER PROFESOR?

CURSOS EN TU WEB

**Descarga ahora!** *Los mejores ringtones y logos para tu móvil !!*

<http://www.tonos.enplenitud.com>

## EMPECEMOS CON UNA SONRISA

### Maestro de maestros

Un empresario vuelve de su oficina en la tarde y -en medio de un gran aguacero- ve a una bella mujer en la parada de colectivos, por lo que detiene su automóvil:

- Lluve a cántaros .... ¿ La llevo ? - Ah, bueno, gracias, -responde ella, entrando al auto. Llegando al edificio donde ella vive, lo invita a entrar:

- No quiere Ud. tomarse un cafecito, un whisky, alguna cosita que le invite, con este frío ? - No, gracias, debo llegar temprano a casa . - Pero, ha sido usted tan gentil y amable, suba siquiera un ratito. Él sube ante la petición de la dama. Cuando entran, ella le sirve un buen coñac y luego va a su dormitorio, del que retorna arreglada y perfumada, dejando entrever un cuerpo bellísimo bajo una sugestiva bata de seda.

- Beben algunos tragos, oyen música, charlan, ríen, entran en confianza, y como debía pasar- se van a la cama, y luego se duermen.

A las 6 de la mañana del día siguiente, él despierta preocupadísimo: - Pucha madre, que bestia, me quedé dormido .... ¿ Ahora qué hago ?

Medita, toma el teléfono, marca el número de su casa y tan pronto le responde su mujer, grita :

Marcela, no pagues el rescate !!!...logre escapar !!!

Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a?

Reenvíalo ahora mismo a quien tu desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Encuentra más chistes y humor en:

<http://www.enplenitud.com/areas.asp?areaid=39>

## UNA CARICIA EN EL ALMA

### La peste

Iba la peste camino a Bagdad cuando se encontró con Nasrudín.

Él le preguntó

-¿A dónde vas?

La peste le contestó:

-"A Bagdad, a matar a diez mil personas".

Después de un tiempo, la peste volvió a encontrarse con Nasrudín, quien muy enojado, le dijo:

-"Me mentiste". Dijiste que matarías a diez mil personas y mataste a cien mil".

Y la peste respondió:

-"Yo no mentí, maté diez mil, el resto ... se murió de miedo".

El miedo paraliza, nos afecta y reduce nuestros mecanismos de defensa natural...

Enviado por Xiomara. Muchas gracias!

Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a?

Reenvíalo ahora mismo a quien tu desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Encuentra más caricias para el alma en:

<http://www.enplenitud.com/V2areas.ASP?areaid=8>

### Recomendados

Clasificados gratis

<http://www.enplenitud.com/clasificados/>

Tarjetas y postales gratis

<http://www.enplenitud.com/selectpostal.asp>

### Imperdibles

Becas de hasta 2000 euros

<http://www.enplenitud.com/expocursos/becas.html>

Personales gratis

<http://personales.enplenitud.com>

Suscribirse

Eliminar

Cambiar de email

Generated by [www.PDFonEly.com](http://www.PDFonEly.com) at 2/24/2010 12:10:53 PM  
URL: [http://www.enplenitud.com/Newsletter/Newsletter\\_212.asp](http://www.enplenitud.com/Newsletter/Newsletter_212.asp)

Todas las opiniones y articulos recogidos en este Newsletter pertenecen exclusivamente a sus respectivos autores, y son publicados a efectos meramente informativos. Este correo-e es enviado unicamente a quienes se han suscrito voluntariamente al mismo. EnPlenitud.com no realiza envios no solicitados de correo-e, y nuestra [politica de privacidad](#) no admite la comercializacion de los datos de nuestros suscriptores.

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.com/> 2121-2127. Esta permitido el libre reenvio de esta revista mientras la misma se realice sin cambios. Se autoriza su reproduccion total o parcial con mencion de la fuente e inclusion de un link activo hacia <http://www.enplenitud.com/>