

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."

- ▶ [Receta casera contra la flacidez: video paso a paso](#)
- ▶ [Como adelgazar con Power Plate: video paso a paso](#)
- ▶ [Ven a conocer París: tour virtual](#)
- ▶ [Como tener orgasmos multiples](#)
- ▶ [Dieta anti-edad](#)
- ▶ [Como usar la madera para decorar exteriores: ideas en video](#)
- ▶ [Muffin light: video paso a paso](#)
- ▶ [Como hacer jabon anti-acne: video paso a paso](#)
- ▶ [Ventajas y desventajas de la depilacion laser](#)
- ▶ [Que se puede tomar para tener mas musculos?](#)
- ▶ [Como hacer mas rapida tu computadora: video paso a paso](#)
- ▶ [Como dar un masaje de espalda: video paso a paso](#)
- ▶ [Cómo enseñar a los niños a no hacerse pis en la cama: video paso a paso](#)
- ▶ [Como cuidar la piel masculina](#)
- ▶ [Cruceros por el Caribe para toda la familia](#)
- ▶ [Como disfrutar de los libros sin tener que leerlos](#)
- ▶ [Como ganar dinero en la Bolsa](#)
- ▶ [7 secretos sobre las citas por Internet](#)
- ▶ [Como hacer un bolso con un viejo jean: video paso a paso](#)
- ▶ [Como enseñar a los niños a tener un negocio propio](#)



Compartelo:



## RECOMENDADOS

### Psicologia

[Cómo suavizar el trato con los suegros](#)

### Jardin

[Su propio abono orgánico para el jardín](#)

### Para ellas

[La Identidad Femenina y la Terapia Floral](#)

### Nutricion

[Los alimentos transgénicos, las alergias y el cáncer](#)

### Cocina

[Cocina tradicional de la India](#)

### Computacion

[¿Existe un salvavidas para los navegantes de Internet?](#)

### Mascotas

[Período de celo, embarazo y parto de su mascota](#)

### Pareja

[Los hombres: acéptalos como vienen... o como se vayan](#)

### Aficiones

[¿Cómo se hace un Grabado?](#)

### Genealogia

[Terminologías Correctas en la Búsqueda Genealógica](#)

### Deportes

[Anímese a practicar remo y estar pleno físicamente](#)

### Dinero

[¿Usted sabe como planificar sus inversiones?](#)

### Belleza

[Cejas perfectas para realzar su belleza](#)

### Juegos

[¡A mover las neuronas!](#)

### Dietsas

[¿Qué es mejor para bajar de peso: ejercicios largos o cortos?](#)

### Empleo

[EN PLENITUD EN INGLES](#)

[CURSOS GRATIS](#)

[LIBROS GRATIS](#)

[TODO PARA TU MOVIL](#)

**No esperes mas!:**

[Ven a conocer París: tour virtual](#)

▶ <http://www.enplenitud.com/viajes/conocerparis1.asp>

	<p><b>Receta casera contra la flacidez: video paso a paso</b></p> <p>Te contamos como decir adios a la flacidez y a la grasa acumulada en tu cuerpo!</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/belleza/antiflacidez1.asp">http://www.enplenitud.com/belleza/antiflacidez1.asp</a></p>	<p><b>Ultimo momento</b></p>
		<p><b>Muffin light: video paso a paso</b></p> <p>Aprende a preparar deliciosos muffins de solo 95 calorías</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/recetas/muffin1.asp">http://www.enplenitud.com/recetas/muffin1.asp</a></p>
	<p><b>Como adelgazar con Power Plate: video paso a paso</b></p> <p>La nueva tecnologia de entrenamiento por vibracion esta revolucionando el mundo del fitness. Te enseñamos a aprovecharla con un video paso a paso</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/fitness/powerplate.asp">http://www.enplenitud.com/fitness/powerplate.asp</a></p>	<p><b>Como hacer jabon anti-acne: video paso a paso</b></p> <p>Te enseñamos a hacer un jabon exfoliante de gran utilidad contra la piel grasa y el acne</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/manualidades/exfoliantes.asp">http://www.enplenitud.com/manualidades/exfoliantes.asp</a></p>
		<p><b>Ventajas y desventajas de la depilacion laser</b></p> <p>El laser es uno de los metodos de depilacion mas efectivo y populares. Aquí te contamos cuales son sus ventajas y desventajas</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/belleza/depilacion1.asp">http://www.enplenitud.com/belleza/depilacion1.asp</a></p>
<p><b>Como dar un masaje de espalda: video paso a paso</b></p> <p>Con este video, aprenderas a realizar un masaje de espalda como un masajista profesional...</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/fitness/masajeespalda1.asp">http://www.enplenitud.com/fitness/masajeespalda1.asp</a></p>		<p><b>Como hacer mas rapida tu computadora: video paso a paso</b></p> <p>Te enseñamos a lograr que tu computadora sea mas rapida, liberando memoria RAM</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/computacion/liberarmemoria.asp">http://www.enplenitud.com/computacion/liberarmemoria.asp</a></p>
		<p><b>Que se puede tomar para tener mas musculos?</b></p> <p>La creatina es un suplemento del tipo dietetico que es usado comunmente por deportistas para conseguir energia y desarrollo de fuerza...</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/salud/creatina1.asp">http://www.enplenitud.com/salud/creatina1.asp</a></p>
<p><b>Dieta anti-edad</b></p> <p>Pon freno al envejecimiento mientras adelgazaras, reduciendo el numero de calorías que consumes todos los días</p> <p><a href="http://www.doctordietas.net/antiage1.asp">http://www.doctordietas.net/antiage1.asp</a></p>		<p><b>Como tener orgasmos multiples</b></p> <p>Una de mis amigas me contó que en algunas de sus relaciones sexuales puede llegar a tener 14 orgasmos. No sé si creerle. A mí me cuesta tanto trabajo llegar apenas a uno... ¿Cómo es posible?</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/amor/multiplicar.asp">http://www.enplenitud.com/amor/multiplicar.asp</a></p>
<p><b>Como cuidar la piel masculina</b></p> <p>Cómo cuidar la piel masculina, y secretos para verse siempre bien</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/galanes/secretos-belleza.asp">http://www.enplenitud.com/galanes/secretos-belleza.asp</a></p>		<p><b>Como hacer mas rapida tu computadora: video paso a paso</b></p> <p>Te enseñamos a lograr que tu computadora sea mas rapida, liberando memoria RAM</p> <p><a href="http://www.enplenitud.com/computacion/liberarmemoria.asp">http://www.enplenitud.com/computacion/liberarmemoria.asp</a></p>

<p><b>Nuevos cursos gratis</b> ▶</p> <p><b>Bartender</b>  <a href="http://www.enplenitud.com/cursos/bartender.asp">http://www.enplenitud.com/cursos/bartender.asp</a></p> <p><b>Gestión bodeguera</b>  <a href="http://www.enplenitud.com/cursos/administracion-bodegas.asp">http://www.enplenitud.com/cursos/administracion-bodegas.asp</a></p>	<p><b>Libros digitales gratis</b> ▶</p> <p><b>Reflexiones Cristianas</b>  <a href="http://www.enplenitud.com/libros/libro272.asp">http://www.enplenitud.com/libros/libro272.asp</a></p> <p><b>Como ser verdaderamente humanos</b>  <a href="http://www.enplenitud.com/libros/libro273.asp">http://www.enplenitud.com/libros/libro273.asp</a></p>
--	--

[El Telemarketing como salida laboral](#)

**Astrología**

[La astrología y nuestros gustos por la Comida](#)

**Familia**

[¡Ay, los límites, los famosos límites...!](#)

**Bienestar**

[Las alergias y la homeopatía](#)

**Salud**

[Preguntas y respuestas sobre dejar de fumar](#)

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

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

<mailto:reenvio@senplenitud.com>

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

Si quieres **darte a conocer sin costo** a las mas 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 considerara para su publicación (**las notas pueden incluir tus datos de contacto** y datos 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

### Así se pide el divorcio

Una mujer se va de viaje y a los pocos días le manda un fax a su esposo que decía:

"Suplico enviarme papeles de divorcio. Encontré compañero ideal. Reúne las condiciones del Mazda 3 2010".

El esposo, extrañado, acude a la respectiva agencia de automóviles más cercana y pide las características del Mazda 3 2010.

El vendedor le comienza a explicar:

"Tiene mayor empuje, el eje es más largo, la lubricación es constante y tiene un sistema de seguridad que permite que se pare cuando se desee, como sea y donde sea".

Con esa descripción el desafortunado marido pudo comprender los motivos de su esposa y lo único que le quedó fue buscarse una nueva compañera.

Fue a pasear un par de días y a la semana le contesta a la mujer con otro fax a la esposa diciéndole:

"Te envío papeles de divorcio. Encontré compañera ideal. Reúne las condiciones de camioneta Jeep gran Cherokee último modelo 2010. Cordialmente, tu ex".

La esposa, extrañada, acude a la respectiva agencia de automóviles más cercana y pide las características de la gran Cherokee modelo 2010, el vendedor comienza a explicar:

"El modelo es nuevo, cero kilómetros, lindas curvas, mas económica, no se le afloja la carrocería, no ruge cuando se le mete la palanca y su escape es más silencioso, no pierde aceite por el diferencial, y lo mejor que tiene... trabaja duro y sin problemas con las dos tracciones, delantera y trasera..."

Enviado por Fany. ¡Muchas gracias!

## UNA CARICIA EN EL ALMA

### El rey de casi-Todo

El rey de casi-Todo tenía casi todo. Tenía tierras, ejércitos y tenía mucho oro. Pero el rey no estaba satisfecho con el casi-Todo. Él quería Todo.

Era lógico. Quería Todas las tierras. Quería Todos los ejércitos del Mundo. Y quería Todo el oro que hubiese. Entonces, mandó a sus soldados a por Todo.

Así fueron conquistadas más tierras. Otros ejércitos fueron dominados, y en sus cofres ya no cabía tanto oro. Pero el rey todavía no tenía Todo. Seguía siendo el rey de casi-Todo. Por eso, quiso más y más.

Quiso las flores, los frutos y los pájaros. Quiso las estrellas y el Sol. Flores, frutos y pájaros le fueron traídos. Se apresaron las estrellas y el Sol también perdió su libertad en sus dominios.

Pero el rey todavía no tenía Todo. Porque teniendo las flores, no podía quitarles la belleza y el perfume. Teniendo los frutos, no podía quitarles el sabor. Teniendo los pájaros, no pudo quitarles el canto.

Teniendo las estrellas y el Sol, no podía quitarles la luz. El rey era aún el rey de casi-Todo. Y se puso triste.

Muy triste. Sus reinos eran ahora muy feos. No había flores ni frutos. La noche no tenía estrellas y el día no tenía Sol.

Entonces el rey de casi-Todo no quiso nada más. Devolvió las flores a los campos y ordenó que se entregasen las tierras conquistadas.

Soltó a los pájaros y mandó que distribuyesen las estrellas por el cielo y que liberaran al Sol.

Y el rey fue feliz. Su Reino volvía a ser hermoso. Razonablemente hermoso.

En su inmensa alegría, sintió paz y vio que no era

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

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

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Encuentra mas chistes en:

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

más el rey de casi-Todo. Él ahora lo tenía Todo. !

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

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

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Encuentra mas caricias para el alma en:

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

<p><b>Recomendados</b> ▶</p> <p><b>Clasificados gratis</b> <a href="http://www.enplenitud.com/clasificados/">http://www.enplenitud.com/clasificados/</a></p> <p><b>Tarjetas y postales gratis</b> <a href="http://www.enplenitud.com/selectpostal.asp">http://www.enplenitud.com/selectpostal.asp</a></p>	<p><b>Imperdibles</b> ▶</p> <p><b>Becas de hasta 2000 euros</b> <a href="http://www.enplenitud.com/expocursos/becas.html">http://www.enplenitud.com/expocursos/becas.html</a></p> <p><b>Personales gratis</b> <a href="http://personales.enplenitud.com">http://personales.enplenitud.com</a></p>
---	---

[Suscribirse](#) ▶

[Eliminar](#) ▶

[Cambiar de email](#) ▶

[Version resumida](#) ▶

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. Para contactarnos: [contacto@enplenitud.com](mailto:contacto@enplenitud.com)

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.com/> 2001-2010. 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/>