

**TU  
VIDENCIA  
100%  
GRATIS**



**! AQUÍ !**

Ahora puede descargar nuestra revista como pdf, y regalarsela a todos sus amigos. Para descargarla haga clic con el boton DERECHO del mouse en [este link](#) y elija la opción "GUARDAR DESTINO COMO."

- ▶ [Como comenzar un negocio en Internet sin dinero](#)
- ▶ [Como quemar grasas durmiendo](#)
- ▶ [Como curar la depression](#)
- ▶ [Ejercicios contra la celulitis y las estrias: video paso a paso](#)
- ▶ [Tailandia, el pais de las playas magicas: viaje virtual](#)
- ▶ [3 secretos para conseguir pareja por Internet](#)
- ▶ [Como ganar dinero brindando servicios por Internet](#)
- ▶ [Como dejar de estar solo, y dejar atras la soledad](#)
- ▶ [Ejercicios para la cara que eliminan las arrugas](#)
- ▶ [Remedios naturales para mejorar la memoria](#)
- ▶ [Como invertir "sin" dinero](#)
- ▶ [Como crear y armar un plan de negocios](#)
- ▶ [Rituales con plantas para la salud, el dinero y el amor](#)
- ▶ [5 sitios de Internet para aprender y jugar con los niños](#)
- ▶ [Como tener el doble de musculos que ahora](#)
- ▶ [Como bajar el colesterol malo](#)
- ▶ [Como hacer flores en goma eva: video paso a paso](#)
- ▶ [Recetas rapidas para el domingo por la noche](#)
- ▶ [Como hacer marketing personal de ti mismo](#)
- ▶ [Como decorar tu hogar en poco tiempo](#)
- ▶ [Como proteger tu computadora de los virus del 2011](#)
- ▶ [Genealogia: como buscar a tus antepasados](#)



Compartelo:



TU HOROSCOPO  
GRATIS

CURSOS GRATIS

LIBROS GRATIS

BECAS

Lo que hay que [saber](#) **Como curar la depression**

▶ <http://www.enplenitud.com/psicologia/depression1.asp>



**Como comenzar un negocio en Internet sin dinero**  
Trucos para ganar dinero en Internet una y otra vez, con una minima inversion  
<http://www.enplenitud.com/negocios/eninternet1.asp>



**Como quemar grasas durmiendo**  
Descansa, duerme... y quema grasa rapido!  
<http://www.enplenitud.com/fitness/dormirquemagrasas1.asp>

**Como ganar dinero brindando servicios por Internet**  
Si deseas generar un ingreso desde la comodidad de tu hogar, aprovecha el tremendo potencial del Internet para brindar tus servicios!  
<http://www.enplenitud.com/negocios/serviciosinternet1.asp>

**Ejercicios para la cara que eliminan las arrugas**  
Aprende a realizar ejercicios faciales que te ayudaran a quitar las arrugas de expresion...  
<http://www.enplenitud.com/belleza/arrugas1.asp>

**Como invertir "sin" dinero**  
Quieres saber en que y como invertir tu dinero? Aqui te contamos por donde comenzar...  
<http://www.enplenitud.com/dinero/inversionistas.asp>

**Ultimo momento**

**Ejercicios contra la celulitis y las estrias: video paso a paso**  
Una campeona de fitness te enseña ejercicios para combatir las indeseables estrias y celulitis...  
<http://www.enplenitud.com/fitness/ejercicioestrias1.asp>

**Tailandia, el pais de las playas magicas: viaje virtual**  
Paisajes de ensueno y mucho mas es lo que tienen para ofrecer Phuket y otras playas de la fantastica Tailandia  
<http://www.enplenitud.com/viajes/phuket1.asp>

**3 secretos para conseguir pareja por Internet**  
Conoce los 3 secretos para conseguir pareja con las citas online  
<http://www.enplenitud.com/galanes/citasonline.asp>

**Como dejar de estar solo, y dejar atras la soledad**  
Que hacer cuando se esta solo sin que este estado sea una eleccion  
<http://www.enplenitud.com/pareja/soledad1.asp>

**Remedios naturales para mejorar la memoria**  
Te contamos toda la verdad sobre algunos suplementos nutricionales que dicen mejorar la memoria...  
<http://www.enplenitud.com/salud/suplementos1.asp>

**Como crear y armar un plan de negocios**  
Aunque creas que las estrategias son exclusivas de los grandes empresarios, tu tambien debes saber como elaborar un plan de negocios a largo plazo...  
<http://www.enplenitud.com/negocios/plandenegocios1.asp>

RECOMENDADOS

Viajes

[La Basilica de San Pedro, el centro de la cristiandad: visita en video](#)

[Ven a conocer las mejores playas de Buzios](#)

[Visita Viena con nosotros](#)

[Estocolmo a tu alcance](#)

[Cartagena de Indias, la joya de Colombia Test de personalidad de tu cartera](#)

Negocios

[El secreto de los negocios exitosos](#)

[Como captar clientes en 6 pasos](#)

[Como poner el precio a tus productos o servicios](#)

Hogar

[Como renovar las energias de tu hogar con el Feng Shui](#)

[Como cultivar plantas carnivoras](#)

[Ventajas del perro mestizo](#)

[Por que el perro es el mejor amigo del hombre?](#)

Pareja

[Como eres en el amor: instintiva o ingenua?](#)

[Los que eligen la abstinencia](#)

Tiempo Libre

[Como tejer un collar de bisuteria: video paso a paso](#)

[Como hacer una carta magina interminable: video paso a paso](#)

Fitness

[Ejercicios para embarazadas](#)

[Ejercicios para afinar y adelgazar la cintura](#)

[Ejercicios para reducir el abdomen](#)

Computacion

[10 aplicaciones gratuitas para moviles con Android](#)

[Las mejores aplicaciones gratuitas para iPad](#)

<p><b>Cursos gratis mas populares</b> ➔</p> <p><b>Ventas exitosas</b> <a href="http://www.enplenitud.com/cursos/ventas.asp">http://www.enplenitud.com/cursos/ventas.asp</a></p> <p><b>Pasos para conseguir y conservar la pareja perfecta</b> <a href="http://www.enplenitud.com/cursos/parejaperfecta.asp">http://www.enplenitud.com/cursos/parejaperfecta.asp</a></p>	<p><b>Libros digitales gratis</b> ➔</p> <p><b>El pueblo judio y sus anecdotas</b> <a href="http://www.enplenitud.com/libros/libro2.asp">http://www.enplenitud.com/libros/libro2.asp</a></p> <p><b>Curso de Italiano: L'italiano Senza Aiuto</b> <a href="http://www.enplenitud.com/libros/libro62.asp">http://www.enplenitud.com/libros/libro62.asp</a></p>
---	---

[Audiolibros para niños](#)

#### Familia

[Como ser mejores padres en 12 pasos](#)

[Como ayudar a tus hijos con las tareas escolares](#)

[Como enseñar a tu hijo a respetar a los demas](#)

#### Cocina

[Budín de pan de mama, y otras recetas clásicas](#)

[Como agasajar a tus invitados](#)

[Trucha con salsa de champiñones, para una cena romantica](#)

[Recetas afrodisiacas con mandarinas](#)

[Rollitos light de pollo y verduras](#)

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

Reenvia este boletín ahora mismo a quien desees, o envianos 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, **envianos tus notas o artículos sobre tu especialidad** a:

<mailto:envionotas@enplenitud.com>

y con gusto nuestra redaccion los considerara para su publicacion (**las notas pueden incluir tus datos de contacto** y datos profesionales, pero NO deben ser meramente promocionales y deben contener informacion de utilidad para el lector).

**HAZTE CONOCER**

**TU BLOG GRATIS**

**QUIERES SER PROFESOR?**

**CURSOS EN TU WEB**

**Descarga ahora!**

[Los mejores ringtones y logos para tu movil !!](#)

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

#### EMPECEMOS CON UNA SONRISA

##### Los videos mas graciosos de la semana

- 1) El comercial mas gracioso del mundo:  
<http://www.enplenitud.com/negocios/mejorcomercial1.asp>
- 2) Como matan una mosca los medicos:  
<http://www.enplenitud.com/salud/mosca.asp>
- 3) Como conseguir una nueva PC:  
<http://www.enplenitud.com/computacion/cambiarpc1.asp>
- 4) Por que los hombres cortan el cesped?:  
<http://www.enplenitud.com/jardin/cortarelpasto1.asp>
- 5) La mujer que hacia dieta por el ombligo:  
<http://www.doctordietas.net/harasdieta.asp>
- 6) El peor dia de su vida:  
<http://www.enplenitud.com/familia/peordia.asp>
- 7) La peor playa del mundo:  
<http://www.enplenitud.com/viajes/diaenlaplaya1.asp>
- 8) Por que las mujeres no saben conducir?:  
<http://www.enplenitud.com/actividades/mujeresalvolante.asp>
- 9) Papa Noel en el gimnasio:  
<http://www.enplenitud.com/fitness/papanoel1.asp>
- 10) Por que aseguramos solo a mujeres:  
<http://www.enplenitud.com/dinero/cactus.asp>

##### 14 razones para permitir la cerveza en el trabajo

- 1.- Es un incentivo para ir a trabajar
- 2.- Lleva a una comunicación más honesta
- 3.- Reduce las quejas de salarios bajos
- 4.- Los empleados les dicen a sus jefes lo que realmente piensan
- 5.- Reduce la contaminación ya que todos van a la oficina en el carro del conductor designado
- 6.- Aumenta la satisfacción del trabajo porque aunque el trabajo sea malo, al empleado no le

#### UNA CARICIA EN EL ALMA

##### El desafio del trigo

Un día un viejo campesino fue a ver a Dios y le dijo:

"Mira, tú puedes ser muy Dios y puedes haber creado el mundo, pero hay una cosa que tengo que decirte:

No eres un campesino, no conoces ni siquiera el principio de la agricultura. Tienes algo que aprender".

Dios dijo: ¿Cuál es tu consejo?.

El granjero le respondió:

"Dame un año y déjame que las cosas se hagan como yo quiero y veamos que pasa. La pobreza no existirá más.

Dios aceptó y le concedió al campesino un año. Naturalmente éste pidió lo mejor y sólo lo mejor... ni tormentas, ni ventarrones, ni peligros para el grano. Todo confortable y cómodo... y él era muy feliz.

El trigo crecía altísimo. Cuando quería sol... había sol; cuando quería lluvia... había tanta lluvia como hiciera falta.

Ese año todo fue perfecto, ¡matemáticamente perfecto!.

El trigo crecía tan alto que el granjero fue a ver a Dios y le dijo:

"¡Mira!, esta vez tendremos tanto grano que si la gente no trabaja en 10 años, aun así tendremos comida suficiente".

Pero hubo un problema:

Cuando se recogieron los granos todos estaban

importa

- 7.- El personal ya no pide vacaciones porque prefiere estar en la oficina.
- 8.- Hace que las compañeras de trabajo se vean más guapas
- 9.- Hace que la comida del comedor sepa mejor
- 10.- Es mas probable que los jefes den aumentos de sueldo cuando se encuentran borrachos
- 11.- Los empleados se quedan más tiempo en la oficina porque ya no hay necesidad de irse a algún lado a echarse unas cheves.
- 12.- Hace que las personas sean más abiertas a nuevas ideas.
- 13.- Elimina el problema de estar buscando quienes son los empleados que llegan con aliento alcohólico después de la comida.
- 14.- Ya no se requiere que los empleados estén pidiendo tacos y/o cafe para curarse la cruda. Sólo siguen tomando cerveza y continúa la borrachera.

Enviado por Irma. Muchas gracias!

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

Reenvialo ahora mismo a quien tu deseese, 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>

vacíos. El granjero se sorprendió y le preguntó a Dios: "¿Qué pasó?, ¿qué error hubo?.

Ante tal inquietud Dios le respondió: "Como no hubo desafío, no hubo conflicto, ni fricción, como tu evitaste todo lo que era malo, el trigo se volvió impotente.

Un poco de lucha es imprescindible. Las tormentas, los truenos, los relámpagos, son necesarios, porque sacuden el alma dentro del trigo".

La noche es tan necesaria como el día y los días de tristeza son tan esenciales como los días de felicidad. A esto se le llama lucha y esfuerzo.

Entendiendo este secreto descubrirás cuan grande es la belleza de la vida, cuánta riqueza llueve sobre ti en todo momento, dejando de sentirte miserable porque las cosas no van de acuerdo con tus deseos.

Enviado por Alicia. Muchas gracias!

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

Reenvialo ahora mismo a quien tu deseese, 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>Todo para tu movil</b> <a href="http://www.tonos.enplenitud.com">http://www.tonos.enplenitud.com</a></p> <p><b>Tu Horoscopo gratis</b> <a href="http://www.enplenitud.com/horoscopo.asp">http://www.enplenitud.com/horoscopo.asp</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 [política 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/> 2001-2011. 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/>