

Anuncios Google

**Invierte**  
**Opciones**  
**Online**

Sin Cargos,  
Descarga o  
Estafas. 75%  
Ganancia  
Maxima.  
Comienza Ahora

**Abq Assoc**  
**Podiatrists**

Comprehensive  
Foot and Ankle  
Care. Same day  
appointments.  
[www.haasfootandank...](http://www.haasfootandank...)

**Estudiar**  
**Psicologia A**  
**Distancia**

Programas  
Universitarios  
Online Desde  
Cualquier Parte  
del Mundo.  
[www.UNAD.us/Estud...](http://www.UNAD.us/Estud...)

**College para**  
**Adultos**

no es tarde para  
lograr tu título  
College  
norteamericano,  
en espanol  
[www.InnovaCollege...](http://www.InnovaCollege...)

**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."

- 👉 [Remedios caseros para quitar las ojeras y bolsas debajo de los ojos](#)
- 👉 [Como conseguir vuelos baratos](#)
- 👉 [Secretos para hablar por telefono gratis](#)
- 👉 [Como hacer tinturas caseras para el pelo](#)
- 👉 [Como hacer cenefas decorativas para niños](#)
- 👉 [Guisantes contra el colesterol y la diabetes](#)
- 👉 [Como invertir sin dinero](#)
- 👉 [Como adelgazar mientras miras television](#)
- 👉 [Azulejos que cambian de color](#)
- 👉 [Como aprender a expresar los sentimientos](#)
- 👉 [Ejercicios para cada tipo de gluteos](#)
- 👉 [Como encontrar un negocio por Internet ideal para ti](#)
- 👉 [¿Cuáles son los mejores lugares para hacer turismo de compras?](#)
- 👉 [Como conquistar mujeres pese a tus defectos](#)
- 👉 [Cuidados basicos del jardin](#)
- 👉 [Como hacer pulseras para hombres en bisuteria](#)
- 👉 [Pollo al sesamo](#)
- 👉 [Como ahorrar en el supermercado](#)
- 👉 [Como ayudar a tus hijos a ganar dinero en Internet](#)
- 👉 [Yoga dinámico para adelgazar](#)



Compartelo:



**TU HOROSCOPO GRATIS**   **CURSOS GRATIS**   **LIBROS GRATIS**   **NUMEROS ANTERIORES**

**Lo sabias?:**   [Secretos para hablar por telefono gratis](#)

👉 <http://www.enplenitud.com/computacion/hablar-por-telefono-barato.asp>



**Remedios caseros para quitar las ojeras y bolsas debajo de los ojos**

Consejos practicos para combatir las ojeras provocadas por el cansancio o las condiciones fisicas

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



**Ultimo momento**

**Como adelgazar mientras miras television**

Ser fanatico de la TV no es una excusa para engordar. Te contamos como mantenerte en forma mientras miras tu programa favorito



### **Como conseguir vuelos baratos**

Hay ciertas recomendaciones que se pueden tener en cuenta para volar con mas baratos de lo habitual. Aqui te las presentamos...

<http://www.enplenitud.com/viajes/conseguir-vuelos-economicos1.asp>

### **Guisantes contra el colesterol y la diabetes**

Los guisantes no son buenos solo para los niños. También los adultos pueden beneficiarse de sus propiedades benéficas contra la diabetes y el colesterol

<http://www.enplenitud.com/salud/beneficios-guisantes1.asp>

### **Ejercicios para cada tipo de gluteos**

La actividad fisica es importante para mejorar los gluteos flacidos, para adelgazarlos o para aumentarlos. Algunos consejos y ejercicios para tener en consideracion, para cada tipo de gluteos

<http://www.enplenitud.com/fitness/ejercicios-para-cada-tipo-de-gluteos.asp>

### **Como encontrar un negocio por Internet ideal para ti**

A la hora de encontrar el nicho ideal para su negocio en Internet, hay muchos factores a considerar. Tradicionalmente se aconseja considerar sus intereses y los rasgos de su personalidad. Sin embargo, existen dos aspectos claves que usted debe considerar y que pocas personas toman en cuenta al buscar una ocupacion que los motiva y los llena...

<http://www.enplenitud.com/negocios/encontrar-negocio-por-internet.asp>

### **Nuevos cursos gratis**

Talleres de gestión cultural

<http://www.enplenitud.com/cursos/gestion-cultural.asp>

<http://www.doctordietas.net/adelgazar-tv1.asp>

### **Como hacer cenefas decorativas para niños**

Aprende paso a paso a realizar una cenefa muy original, que dara un nuevo aspecto al cuarto de los niños

<http://www.enplenitud.com/manualidades/cenefas-decorativas.asp>

### **Como aprender a expresar los sentimientos**

Reprimir las emociones solamente hace que se genere una sobrecarga de sensaciones negativas que pueden afectar psicológicamente a tal punto de transformar a la persona. De que modo es posible liberarse de las tensiones encontrando las palabras para expresar tus sentimientos?

<http://www.enplenitud.com/psicologia/expresar-los-sentimientos1.asp>

### **Como invertir sin dinero**

Creias que no era posible? Si lo es (aunque no siempre es lo que mas te conviene...)

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

### **Como hacer tinturas caseras para el pelo**

Recetas caseras para teñir las canas y lograr un aspecto mas juvenil rapidamente

<http://www.enplenitud.com/belleza/tinturas-caseras1.asp>

### **¿Cuáles son los mejores lugares para hacer turismo de compras?**

Las compras ocupan un lugar importante a la hora de elegir un destino para visitar. Cuales son las ciudades mejor posicionadas como destino para beneficiarse a la hora de hacer turismo de compras?

<http://www.enplenitud.com/viajes/turismo-de-compras1.asp>

### **Libros gratis mas populares**

Violencia familiar: Ayuda para la victima

<http://www.enplenitud.com/libros/libro104.ASP>

**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 **4 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 datos profesionales, pero NO deben ser meramente promocionales y deben contener información de utilidad para el lector).

HAZTE CONOCER

TU BLOG GRATIS

QUIERES SER PROFESOR?

CURSOS EN TU WEB

EMPECEMOS CON UNA SONRISA

**Los videos mas graciosos de la semana**

1) Ventajas del débito automático:

<http://www.enplenitud.com/dinero/debito-automatgico.asp>

2) Usos de un chicle en la oficina:

<http://www.enplenitud.com/recetas/chicles1.asp>

3) Las 10 cosas mas extrañas que se ofrecieron en subastas online:

<http://www.enplenitud.com/computacion/subastas-online1.asp>

4) Por que los idiotas deben quedarse sentados?:

<http://www.enplenitud.com/fitness/mejor-quedarse-sentado1.asp>

5) Que pasa cuando un hombre usa jabón de

UNA CARICIA EN EL ALMA

**El mono y la mona**

Sentados en la rama de un árbol, el mono y la mona contemplaban la puesta de sol.

En cierto momento, ella pregunto:

- ¿Que hace que el cielo cambie de color a la hora en que el sol llega al horizonte?

- Si quisieramos explicarnos todo, dejariamos de vivir, respondió el mono. -Quedate quieta, vamos a dejar que nuestro corazón disfrute con este romántico atardecer.

- La mona enfurecida le dijo: Eres primitivo y supersticioso. Ya no le prestas atención a la lógica, y solo te interesa aprovechar la vida frente a

mujer?:  
<http://www.enplenitud.com/belleza/jabon-de-mujer1.asp>

6) El jardin, un lugar peligroso:  
<http://www.enplenitud.com/jardin/accidentes-de-jardin1.asp>

## Leyes de Murphy

Las fotocopiadoras solo estropean los documentos más importantes.

Corolario: Si una fotocopiadora se desbanda hará 180 copias, y lo hará cuando se trate de un documento personal.

Cada cual es víctima de algún otro.

El libro más importante para completar tu trabajo habrá desaparecido de la biblioteca.

Si por casualidad lo encontrases, seguro que faltaría la página más importante.

Los hobbies de tu mujer siempre requerirán tres veces más de tiempo que los tuyos.

La intensidad del viento variará inversamente el número y experiencia de la gente que tiene a bordo.

### **Te gusta?, Quieres compartirlo? Deseas 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:  
<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Encuentra mas chistes en:  
<http://www.enplenitud.com/areas.asp?areaid=39>

poemas y relatos.

En ese momento, pasaba un Ciempies.

- ¡Ciempies!, grito el mono. ¿Como haces para mover tantas patas en perfecta armonia?

- ¡Jamás lo pense!, fue la respuesta.

-¡Pues piensalo! ¡A mi mujer le gustaria tener una explicacion!

El ciempies miro sus patas y comenzo:

-Bueno... flexiono este musculo... no, no es asi, yo debo mover mi cuerpo por aqui...

Durante media hora trato de explicar como movia sus patas, y a medida que lo intentaba, se iba confundiendo cada vez mas. Cuando quiso continuar su camino, ya no pudo seguir caminando.

- ¿Ves lo que hiciste?, grito desesperado. ¡Con el ansia de descubrir cómo funciono, perdi los movimientos!

-¿Te das cuenta de lo que ocurre con aquellos que desean explicar todo?, dijo el mono, volviendose una vez mas para presenciar la puesta de sol en silencio.

### **Te gusta?, Quieres compartirlo? Deseas 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:  
<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Encuentra mas caricias para el alma en:  
<http://www.enplenitud.com/V2areas.ASP?areaid=8>

### **Recomendados**

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

### **Imperdibles**

Todo para tu movil  
<http://www.tonos.enplenitud.com>

**Tarjetas y postales gratis**

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

**Tu Horoscopo gratis**

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

[Suscribirse ▶](#)

[Eliminarse ▶](#)

[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/> 2001-2012. 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/>