



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 comer para adelgazar](#)
- ▶ [Como desnudar a alguien con Photoshop](#)
- ▶ [Como encontrar pareja en 5 minutos](#)
- ▶ [12 consejos para comprar el auto adecuado](#)
- ▶ [Gana mucho dinero sin inversion, sin esfuerzo, trabaja desde tu computadora](#)
- ▶ [Armas secretas para perder peso](#)
- ▶ [Como usar la energia solar en tu casa](#)
- ▶ [Como hacer jabones decorativos en el microondas](#)
- ▶ [Como desbloquear tu celular](#)
- ▶ [Por que tienes manchas en la piel?](#)
- ▶ [5 destinos imperdibles para el 2013](#)
- ▶ [Ensaladas energizantes](#)
- ▶ [Los 5 lugares mas peligrosos del mundo para conducir](#)
- ▶ [Cómo saber si tu ex quiere volver contigo](#)
- ▶ [Como elegir el color adecuado para cada cuarto](#)
- ▶ [Cómo tener una mentalidad adecuada frente al dinero](#)
- ▶ [Dieta de la polaridad de los alimentos](#)
- ▶ [Como tejer un sueter de hilo elegante](#)
- ▶ [Recetas caseras contra los ojos irritados](#)
- ▶ [2 recetas economicas, abundantes y nutritivas](#)
- ▶ [Como quemar mas calorías en menos tiempo](#)
- ▶ [Gimnasia para el cuello contracturado](#)
- ▶ [Remedios caseros para combatir la fatiga](#)
- ▶ [4 estrategias para crear tu sitio comercial de Internet en un dos por tres](#)



Compartelo:



[TU HOROSCOPO GRATIS](#)

[CURSOS GRATIS](#)

[LIBROS GRATIS](#)

[NUMEROS ANTERIORES](#)

Para verte bien: [Como comer para adelgazar](#)

▶ <http://www.enplenitud.es/dietas/comer-para-adelgazar.asp>

	<p>Como desnudar a alguien con Photoshop</p> <p>Quieres ver mas piel y no tanta ropa? Este truco puede ayudarte (pero no te obsesiones...)</p> <p>http://www.enplenitud.com.mx/computacion/photoshop-sin-ropas1.asp</p>	<p>Ultimo momento</p> <p>Como usar la energia solar en tu casa</p> <p>Consejos practicos para ahorrar en la factura de electricidad y cuidar el medio ambiente, aprovechando la energia solar para tu casa</p> <p>http://www.enplenitud.org/decoracion/energia-solar.asp</p> <p>Como hacer jabones decorativos en el microondas</p> <p>Una formula bien facil con la que puedes comenzar ahora mismo, con la sola ayuda de tu horno a microondas</p> <p>http://www.enplenitud.net/manualidades/jabones-en-microondas.asp</p> <p>Como desbloquear tu celular</p> <p>Has cambiado de compañía pero no quieres cambiar tu aparato y la anterior no lo quiere desbloquear? Aqui esta la solucion:</p> <p>http://www.enplenitud.com/computacion/desbloquear-tu-celular.asp</p> <p>Por que tienes manchas en la piel?</p> <p>Te contamos cuales son las principales causas de las manchas marrones y el oscurecimiento de la piel...</p> <p>http://www.enplenitud.es/belleza/causas-manchas-en-la-piel.asp</p> <p>Ensaladas energizantes</p>
	<p>Como encontrar pareja en 5 minutos</p> <p>El speed dating o multicitas es un sistema de citas rapidas que permite conocer a muchas posibles parejas en el menor tiempo posible. Es una de las maneras mas originales y utilizadas para que los solteros muy ocupados puedan tener la oportunidad de conocer a alguien especial...</p> <p>http://www.enplenitud.com.ar/pareja/multicitas.asp</p>	
<p>Gana mucho dinero sin inversion, sin esfuerzo, trabaja desde tu computadora</p> <p>Si yo les contara, cuantos direct messages, mails, inbox y mensajes en mi muro de Facebook he recibido de este tipo... Que bueno seria si hubiera algo de cierto!</p> <p>http://www.enplenitud.com/negocios/el-dinero-no-se-gana-facil.asp</p>		
<p>5 destinos imperdibles para el 2013</p> <p>Quieres viajar a cinco de los mejores destinos del mundo, pasandola de 10 y sin gastar de mas? Aqui te los presentamos....</p> <p>http://www.enplenitud.es/viajes/destinos-imperdibles1.asp</p>		

<p>Los 5 lugares mas peligrosos del mundo para conducir Hemos recorrido todo el mundo y encontramos cinco lugares en los que usted preferiria mantenerse alejado de las calles y cinco que son excepcionalmente seguros http://www.enplenitud.es/viajes/peligrosos-para-conducir.asp</p>	<p>Ensaladas energizantes Estas ensaladas nutritivas y frescas estan hechas a base de vegetales que se pueden consumir de modo regular y permite asi obtener la mayor cantidad de beneficios posibles... http://www.enplenitud.com/recetas/ensaladas-energizantes.asp</p> <p>Armas secretas para perder peso Sabias que existen actividades -no ejercicios- que queman grasas y pueden realizarse casi en cualquier momento y sin gran esfuerzo? http://www.enplenitud.com/fitness/termogenesis.asp</p>
<p>Nuevos cursos gratis </p> <p>Cómo entrenar al personal http://www.enplenitud.com/cursos/entrenar-personal.asp</p> <p>Herencias familiares http://www.enplenitud.com/cursos/herencias-familiares.asp</p> <p>La privacidad y sus limitaciones http://www.enplenitud.com/cursos/limitaciones-privacidad.asp</p>	<p>Nuevos libros gratis </p> <p>La prosperidad demostrada por la ciencia http://www.enplenitud.com/libros/prosperidad-demostrada-ciencia.asp</p> <p>Estrategias para negociar con los sindicatos http://www.enplenitud.com/libros/negociar-con-los-sindicatos.asp</p> <p>Estudio sobre la hiperplasia epitelial focal http://www.enplenitud.com/libros/hiperplasia-epitelial-focal.asp</p>

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 **4 millones de personas** que visitan En Plenitud todos los meses, **envianos tus notas o articulos 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](#)

EMPECEMOS CON UNA SONRISA

Los videos mas graciosos de la semana

- 1) El mapa de las mujeres:
<http://www.enplenitud.com/viajes/mapa-de-las-mujeres1.asp>
- 2) Papa Noel, empleo insalubre:
<http://www.enplenitud.com/empleo/papa-noel.asp>
- 3) Gordos al gimnasio:
<http://www.enplenitud.com/fitness/gordos-al-gimnasio.asp>
- 4) Sorpresa en el elevador:
<http://www.enplenitud.org/decoracion/sorpresa-elevador.asp>
- 5) Que hiciste con mi celular?:
<http://www.enplenitud.com/computacion/celular-a-la-basura1.asp>
- 6) Mi mujer engordó de repente:
<http://www.enplenitud.mx/dietas/mujer-engordo.asp>
- 7) Como ayudar a un turista:
<http://www.enplenitud.com/viajes/ayudar-a-un-turista1.asp>

UNA CARICIA EN EL ALMA

Viaje al campo

Una vez, un padre de una familia acaudalada llevó a su hijo a un viaje por el campo, con el firme propósito de que viera cuan pobres eran las gentes del campo.

Estuvieron por espacio de un día y una noche completa en una granja de una familia campesina muy humilde.

Al concluir el viaje y de regreso a casa, el padre le pregunta a su hijo:

Qué te pareció el viaje?. uy bonito Papá!!

Viste qué tan pobre puede ser la gente? Sí!!

Y qué aprendiste?

Ví que nosotros tenemos un perro en casa, ellos tienen cuatro.

Nosotros tenemos una piscina que llega de una pared

<http://www.enplenitud.com/viajes/ayudar-a-un-turista.asp>

8) El obrero mas torpe del mundo:

<http://www.enplenitud.com/empleo/obrero-torpe.asp>

Chascarrillo

Un hombre detiene a una señora por la calle y le pregunta:

- Por casualidad, ¿no vio a un policía dando vueltas por aquí?

- No, no vi a ninguno -responde la mujer.

- ¡Entonces le apunta con un arma y le dice: deme su cartera, su reloj y su collar!....

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.net/areas.asp?areaid=39>

Nosotros tenemos una piscina que llega a una pared a mitad del jardín, ellos tienen un riachuelo que no tiene fin.

Nosotros tenemos unas lámparas importadas en el patio, ellos tienen las estrellas.

Nuestro patio llega hasta la pared de la casa del vecino, ellos tienen todo un horizonte de patio.

Ellos tienen tiempo para conversar y estar en familia; tú y mi mamá tienen que trabajar todo el tiempo y casi nunca los veo.

Al terminar el relato, el padre se quedó mudo... y su hijo agregó:

Gracias Papá por enseñarme lo ricos que podemos llegar a ser!!!.

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.net/V2areas.ASP?areaid=8>

Recomendados ▶ Clasificados gratis http://www.enplenitud.net/clasificados/ Tarjetas y postales gratis http://www.enplenitud.net/selectpostal.asp	Imperdibles ▶ En Plenitud en ingles http://www.enplenitud.net/en/default.asp Tu Horoscopo gratis http://www.enplenitud.net/horoscopo.asp
--	--

[Suscribirse](#) ▶

[Eliminar](#) ▶

[Cambiar de email](#) ▶

[Version resumida](#) ▶

Todas las opiniones y artículos recogidos en este New sletter 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

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.net/> 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.net/>