

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."

- ▶ [8 consejos para mejorar tu memoria](#)
- ▶ [5 alimentos que te ayudaran a perder grasa](#)
- ▶ [Vitaminas para disfrutar mas en la cama](#)
- ▶ [Como ganar dinero desde tu casa](#)
- ▶ [Recetas anti-cancer](#)
- ▶ [Como hacer una crema reductora de las piernas](#)
- ▶ [Consejos con hielo para la belleza del rostro](#)
- ▶ [Como corregir errores en tu PC](#)
- ▶ [Como hacer una crema casera contra las manchas de la piel](#)
- ▶ [Playa del Carmen, un paraíso en el Caribe mexicano](#)
- ▶ [Ideas para jardines pequeños](#)
- ▶ [Como detectar los fallos mas comunes de tu PC](#)
- ▶ [Ejercicios de elongacion para quemar grasas mientras trabajas](#)
- ▶ [Como ganar mas de 50.000 dolares al año](#)
- ▶ [Cruceiros por Mexico: los destinos indispensables](#)
- ▶ [Arroz arabe](#)
- ▶ [Como ganar dinero por escribir en Twitter](#)
- ▶ [Como tejer escarpines no tradicionales](#)
- ▶ [Trucos caseros para que tus muebles parezcan nuevos](#)
- ▶ [Como promocionar tu negocio sin costo](#)
- ▶ [Yoga para descansar mejor](#)
- ▶ [Como hacer el escudo de armas de tu familia](#)
- ▶ [Como transmitir valores a tus hijos](#)
- ▶ [Como descubrir lo que dicen de ti en Facebook y Twitter](#)



Compartelo:



[TU HOROSCOPO GRATIS](#)

[CURSOS GRATIS](#)

[LIBROS GRATIS](#)

[NUMEROS ANTERIORES](#)

Muy importante:

[Como eliminar las manchas de la piel](#)

▶ <http://www.enplenitud.com/belleza/manchas1.asp>

 <p>Como corregir errores en tu PC</p> <p>Te mostramos como corregir errores y hacer mas rapida tu computadora usando TuneUp utilities</p> <p>http://www.enplenitud.com/computacion/tuneup1.asp</p>	<p>Ultimo momento</p> <p>Consejos con hielo para la belleza del rostro</p> <p>Te enseñamos como desaparecer los horribles ojos hinchados, los poros abiertos y hasta como hacemos un facial, usando solamente hielo</p> <p>http://www.enplenitud.com/belleza/consejos-hielo.asp</p>
 <p>Como hacer una crema reductora de las piernas</p> <p>Recetas caseras para hacer reducir el volumen de las piernas y refrescar la piel de todo el cuerpo</p> <p>http://www.enplenitud.com/belleza/reductora-piernas1.asp</p>	<p>Como ganar dinero desde tu casa</p> <p>Cuantas veces nos habremos preguntado si somos capaces de estar en carrera ... desde casa!? Que aspectos deberiamos tener en cuenta al evaluar esta posibilidad tan tentadora?</p> <p>http://www.enplenitud.com.ar/negocios/teletrabajo1.asp</p> <p>Como hacer una crema casera contra las manchas de la piel</p> <p>Sea cual sea el origen de las manchas en tu piel, esta crema casera ayudará a disimularlas:</p> <p>http://www.enplenitud.com.mx/manualidades/crema-anti-manchas.asp</p>
<p>Recetas anti-cancer</p> <p>Recetas para aprovechar todos los beneficios del acai, una de las frutas que contiene la mayor concentracion de antioxidantes y otros compuestos muy favorables para tu salud...</p> <p>http://www.enplenitud.com/recetas/acai.asp</p>	<p>5 alimentos que te ayudaran a perder grasa</p> <p>Si tu objetivo es bajar los kilos que tienes de mas, estos 5 alimentos te ayudaran a lograr tu objetivo...</p> <p>http://www.enplenitud.com/dietas/perder-grasa.asp</p>
<p>Playa del Carmen, un paraíso en el Caribe mexicano</p> <p>Uno de los destinos turisticos mas bonitos del mundo es sin duda Playa del Carmen. Ven a descubrirlo!</p> <p>http://www.enplenitud.com/viajes/playadelcarmen1.asp</p>	<p>Ideas para jardines pequeños</p> <p>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...</p> <p>http://www.enplenitud.com/jardin/ideas.asp</p>
<p>Como detectar los fallos mas comunes de tu PC</p> <p>Todas las computadoras pueden fallar. Aqui te explicamos paso a paso como darte cuenta cuando eso ocurre...</p> <p>http://www.enplenitud.com/computacion/fallos1.asp</p>	<p>Ejercicios de elongacion para quemar grasas mientras trabajas</p> <p>Entrenar resulta mucho menos productivo cuando no se elonga. Tener los abdominales marcados es inutil si usted no puede agacharse. Estos son algunos ejercicios de elongacion para adelgazar que puede añadir a su rutina:</p> <p>http://www.enplenitud.com/fitness/ejercicios-elongacion2.asp</p>
<p>Cursos gratis mas populares ▶</p> <p>Cuidados de la piel del rostro</p> <p>http://www.enplenitud.com/cursos/cuidados-piel-rostro.asp</p>	<p>Libros gratis recomendados ▶</p> <p>Inglés para conversación</p> <p>http://www.enplenitud.com/libros/ingles-para-conversacion.asp</p>

EMPECEMOS CON UNA SONRISA

UNA CARICIA EN EL ALMA

Los chistes mas graciosos de la semana **Tu problema, mi problema**

1) El comercial prohibido por Coca Cola y Pepsi:
Ni Coca ni Pepsi quisieron que se vea este comercial. Por que sera...?

<http://www.enplenitud.com/humor/coca-vs-pepsi.asp>

2) Los comerciales mas raros del mundo:
Que habra pensado el jefe de estos publicistas al ver lo que hicieron?:

<http://www.enplenitud.com/humor/comerciales-raros1.asp>

3) Como enganar a un cocodrilo:
La cámara oculta más extrema y demente que hayas visto jamás está aquí

<http://www.enplenitud.com/humor/cocodrilo1.asp>

4) Casting para adultos:
Una productora triple equis busca actores... o no?:

<http://www.enplenitud.com/humor/casting1.asp>

5) Premio para bobos:
Cruzar la calle en forma indebida merece una multa... o un premio inesperado

<http://www.enplenitud.com/humor/premio1.asp>

6) Dentista o carnicero?:
La mejor manera de pasarla bien en la sala de espera del dentista

<http://www.enplenitud.com/humor/dentista1.asp>

Te gusto?, 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>

Un ratón, mirando por un agujero en la pared ve a un granjero y su esposa abriendo un paquete...

Pensó, luego, qué tipo de comida podía haber allí.

Quedó aterrorizado cuando descubrió que era una ratonera.

Fue corriendo al patio de la Granja a advertir a todos: "¡Hay una ratonera en la casa, una ratonera en la casa!"

La gallina, que estaba cacareando y escarbando, levantó la cabeza y dijo:

"Discúlpeme Sr. Ratón, yo entiendo que es un gran problema para usted, más no me perjudica en nada, no me incomoda."

El ratón fue hasta el cordero y le dice: "¡Hay una ratonera en la casa, una ratonera!"

"Discúlpeme Sr. Ratón, más no hay nada que yo pueda hacer, a no ser orar. Quede tranquilo que el señor será recordado en mis oraciones."

El ratón se dirigió entonces a la vaca.

"¿El qué, Sr. Ratón? ¿Una ratonera? ¿Pero acaso, estoy en peligro? ¡Pienso que no!"

Sigue leyendo en: <http://www.enplenitud.com/tu-problema-mi-problema.html>

Te gusto?, 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/las-cuatro-esposas.html>

Recomendados

Clasificados gratis

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

Tarjetas y postales gratis

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

Te gustaron estas notas?, Quieres compartirlas?

Reenvia este boletin 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).

[Suscribirse](#)

[Eliminar](#)

[Cambiar de email](#)

[Version resumida](#)

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.net/> 2001-2013. 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/>