

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."

- ▶ [Como aliviar el dolor de espalda sin remedios](#)
- ▶ [Dieta de las dos semanas](#)
- ▶ [Como mirar television por Internet gratis](#)
- ▶ [Amor y sexualidad: video exclusivo](#)
- ▶ [Como relajarte para dormir como un bebe](#)
- ▶ [Bebidas e infusiones para bajar de peso](#)
- ▶ [Como mantenerse joven en forma natural](#)
- ▶ [Cuanto dura la felicidad?](#)
- ▶ [Cruceros para conseguir pareja](#)
- ▶ [10 programas gratis para editar imagenes](#)
- ▶ [Como ganar dinero brindando servicios por Internet](#)
- ▶ [Las 4 peores estafas por mensaje de texto](#)
- ▶ [Las 20 mejores frases para hacer que tus clientes compren](#)
- ▶ [Ceviche de camaron: 3 recetas](#)
- ▶ [Como darle nueva vida a tu dormitorio](#)
- ▶ [Como hacer un fijador casero para maquillaje](#)
- ▶ [Como asegurar tu salud](#)
- ▶ [Ven a conocer Paris](#)
- ▶ [Ideas para comenzar tu propio negocio](#)
- ▶ [Como volver tu casa a nuevo](#)
- ▶ [Como hacer donas diet](#)
- ▶ [7 motivos para NO solicitar un trabajo](#)
- ▶ [Como tener un spa en tu hogar](#)
- ▶ [Ejercicios para las piernas hinchadas](#)



Compartelo:



[TU HOROSCOPO GRATIS](#)

[CURSOS GRATIS](#)

[LIBROS GRATIS](#)

[NUMEROS ANTERIORES](#)

El secreto [Cruceros para conseguir pareja](#)

- ▶ <http://www.enplenitud.com/viajes/crucerosolteros2.asp>

 <p>Como mirar television por Internet gratis</p> <p>Paso a paso que te enseña a utilizar uno de los mas populares sitios para ver TV por Internet</p> <p>http://www.enplenitud.com/computacion/mirar-tv.asp</p>	<p>Ultimo momento</p> <p>Como relajarte para dormir como un bebe</p> <p>Relajacion, paz y tranquilidad. Que mas puedes necesitar para dormir como un bebe...?</p> <p>http://www.enplenitud.com.ar/salud/yoga-dormir1.asp</p> <p>Amor y sexualidad: video exclusivo</p> <p>La sexualidad en nuestro tiempo: un video exclusivo sobre el sexo y el amor...</p> <p>http://www.enplenitud.net/pareja/amor1.asp</p> <p>Dieta de las dos semanas</p> <p>Cuantas veces no hemos oido que tal o cual snack es muy recomendable para una dieta balanceada? Sin embargo, no todo es tan cierto...</p> <p>http://www.enplenitud.es/dietas/dieta-2semanas1.asp</p> <p>Cuanto dura la felicidad?</p> <p>La felicidad tiene caducidad? Por que se termina mas rapido de lo que comienza?</p> <p>http://www.enplenitud.com.ar/psicologia/duracion-felicidad.asp</p> <p>Como ganar dinero brindando servicios por Internet</p> <p>Si deseas generar un ingreso desde la comodidad de tu hogar, ? aprovecha el tremendo potencial del Internet para brindar tus servicios!</p> <p>http://www.enplenitud.com/negocios/serviciosinternet.asp</p> <p>Las 4 peores estafas por mensaje de texto</p> <p>Si tienes un telefono celular, tienes un servicio de mensajes de texto. Y si recibes mensajes de texto, debes cuidarte de los criminales que tratan de obtener informacion sobre tu tarjeta de credito. Te enseñamos a protegerte...</p> <p>http://www.enplenitud.com/dinero/mensajes-de-texto1.asp</p>
 <p>Como mantenerse joven en forma natural</p> <p>Te enseñamos los 3 ejercicios basicos para mantenerte joven y vital</p> <p>http://www.enplenitud.com.mx/fitness/rejuvenecer.asp</p>	
<p>10 programas gratis para editar imagenes y bolsas debajo de los ojos</p> <p>Si nos atrae el mundo del diseño y deseamos aplicarlo de manera hogareña, las aplicaciones que veremos en esta nota nos sorprenderan por su calidad y facilidad de uso</p> <p>http://www.enplenitud.mx/computacion/edicion-imagenes.asp</p>	
<p>Bebidas e infusiones para bajar de peso</p> <p>Y para, al mismo tiempo, desinflamar el abdomen y aliviar la colitis y la gastritis...</p> <p>http://www.enplenitud.com/dietas/bebidas-e-infusiones.asp</p>	
<p>Como aliviar el dolor de espalda sin remedios</p> <p>Una instructora de gimnasia postural de gran experiencia te cuenta como aliviar el dolor de espalda con ejercicios</p> <p>http://www.enplenitud.com/fitness/dolordeespalda1.asp</p>	
<p>Nuevos cursos gratis ▶</p> <p>Feng Shui para el dinero y el hogar</p> <p>http://www.enplenitud.com/cursos/feng-shui-dinero-hogar.asp</p> <p>Cómo preparar un examen</p> <p>http://www.enplenitud.com/cursos/examenes.asp</p>	<p>Libros gratis recomendados ▶</p> <p>Usos curativos de la miel</p> <p>http://www.enplenitud.com/libros/usos-curativos-miel.asp</p> <p>10 consejos para adelgazar</p> <p>http://www.enplenitud.com/libros/10-consejos-para-adelgazar.asp</p>

Los chistes mas graciosos de la semana

1) Los comerciales de doble sentido mas divertidos de la decada:

Un poco de creatividad, unas gotas de picardía, ¡y muchas sonrisas!

<http://www.enplenitud.com/humor/comerciales-de-doble-sentido1.asp>

2) Un masaje de pies muy sensual:

Ella demuestra que le interesas... a través de los pies

<http://www.enplenitud.com/humor/masaje-de-pies1.asp>

3) Los 5 comerciales "hot" mas graciosos: A la hora del encuentro de a dos, estos comerciales nunca deben faltar...

<http://www.enplenitud.com.ar/humor/5-comerciales-graciosos.asp>

4) Chicas, tienen un cliente:

El único problema es que hay un policia cerca...

<http://www.enplenitud.com.mx/humor/cliente-forzado.asp>

5) ¿Por qué no me miras a la cara?:

A la cara, te dije, que me mires a la cara...

<http://www.enplenitud.es/humor/por-que-no-me-miras-la-cara.asp>

6) Un tipo sin límites:

A la hora de hacer bromas pesadas, este sin duda ganó el primer premio

<http://www.enplenitud.net/humor/tipo-sin-limites.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>

La marioneta de trapo

Si por un instante Dios se olvidara de que soy una marioneta de trapo, y me regalara un trozo de vida, posiblemente no diría todo lo que pienso, pero, en definitiva pensaría todo lo que digo.

Darí valor a las cosas, no por lo que valen, sino por lo que significan.

Dormiría poco y soñaría mas, entiendo que por cada minuto que cerramos los ojos, perdemos sesenta segundos de luz.

Andaría cuando los demás se detienen, despertaría cuando los demás duermen, escucharía mientras los demás hablan, y ¡cómo disfrutaría de un buen helado de chocolate...!

Si Dios me obsequiara un trozo de vida, vestiría sencillo, me tiraría de bruce al sol, dejando al descubierto, no solamente mi cuerpo, sino mi alma.

Dios mío, si yo tuviera un corazón.... escribiría mi odio sobre el hielo, y esperaría a que saliera el sol.

Pintaría con un sueño de Van Gogh sobre las estrellas un poema de Benedetti, y una canción de Serrat sería la serenata que le ofrecería a la luna.

Regaría con mis lágrimas las rosas, para sentir el dolor de sus espinas, y el encarnado beso de sus pétalos...

Dios mío, si yo tuviera un trozo de vida... no dejaría pasar un solo día sin decirle a la gente que quiero, que la quiero.

Sigue leyendo en: <http://www.enplenitud.com/la-marioneta-de-trapo.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 **darle 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).

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/> 2001-2013. 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/>