



SEHS



GEMA EDITORES

"Elevamos tu
calidad **de vida**"

DANAYA *Acuña*

(+52) 826-129-2737

Danaya.inspiradesign.org



Si te interesa algún libro,

¡CONTÁCTAME!

Soy Colportora | EmprendUM

CATÁLOGO

INDICE

01

02

03

04

05

06

SECCIÓN DE NIÑOS
Y ADOLESCENTES

SECCIÓN DE JÓVENES

SECCIÓN DE **SUPERACIÓN
PERSONAL**

SECCIÓN DE
HOGAR Y FAMILIA

SECCIÓN DE **SALUD
Y BIENESTAR**

SECCIÓN DE **VALORES
ESPERITUALES**



DANAYA *Acuña*
Soy Colportora | EmprendUM

(+52) 826-129-2737

.. > NIÑOS : & ADOLESCENTES >

Waoou

Ooooooh

**“Uno no es
lo que es por
lo que escribe,
Sino por lo que
ha leído”**

DANAYA *Acuña*
Editora Independiente
(+52) 826-129-2737

Leer ES EL VIAJE MÁS económico



¡Adquierelo AHORA!

DANAYA Acuña
Copier / Impresión

(+52) 826-129-2737



Dijo Dios: Produzcan las aguas seres vivientes, y aves que vuelen sobre la tierra...

Luego dijo Dios: Produzca la tierra seres vivientes según su género, bestias y serpientes y animales de la tierra según su especie. Y vio Dios que era bueno.



DANAYA Acuña
Cajamarca (Perú)
(+52) 826-129-2737



¡Solicita la colección!

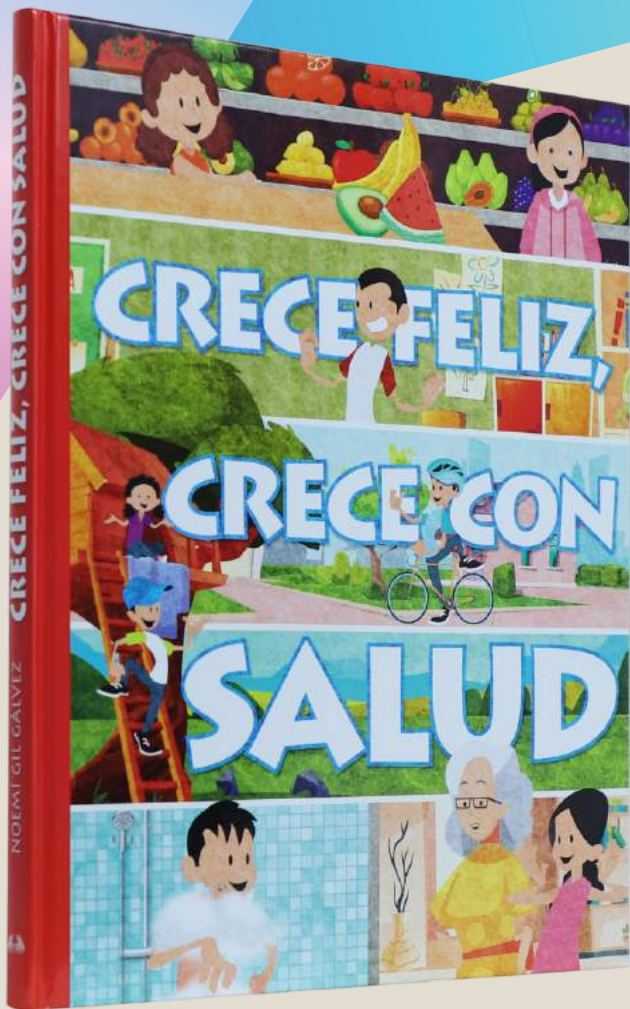
ATRÉVETE
A VIVIR
la vida
- QUE HAS -
imaginado



iAdquierelo !

DANAYA *Acuña*

(+52) 826-129-2737



• APRENDER •

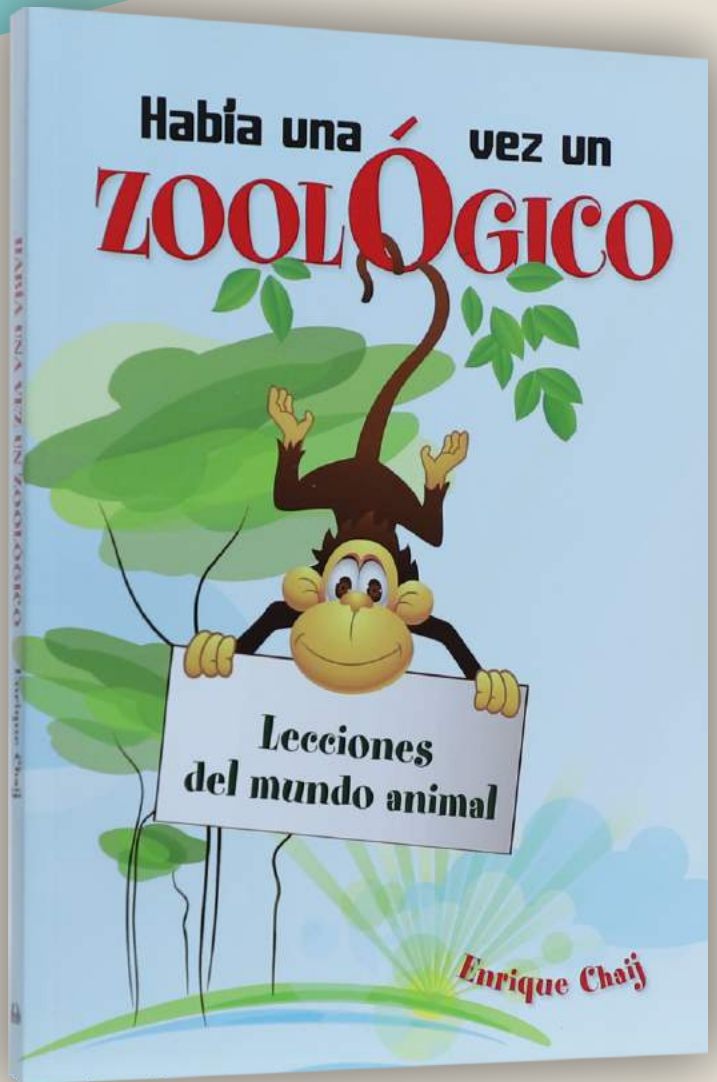
≡ me hace ≡
FELIZ

DANAYA *Acuña*
(+52) 826-129-2737



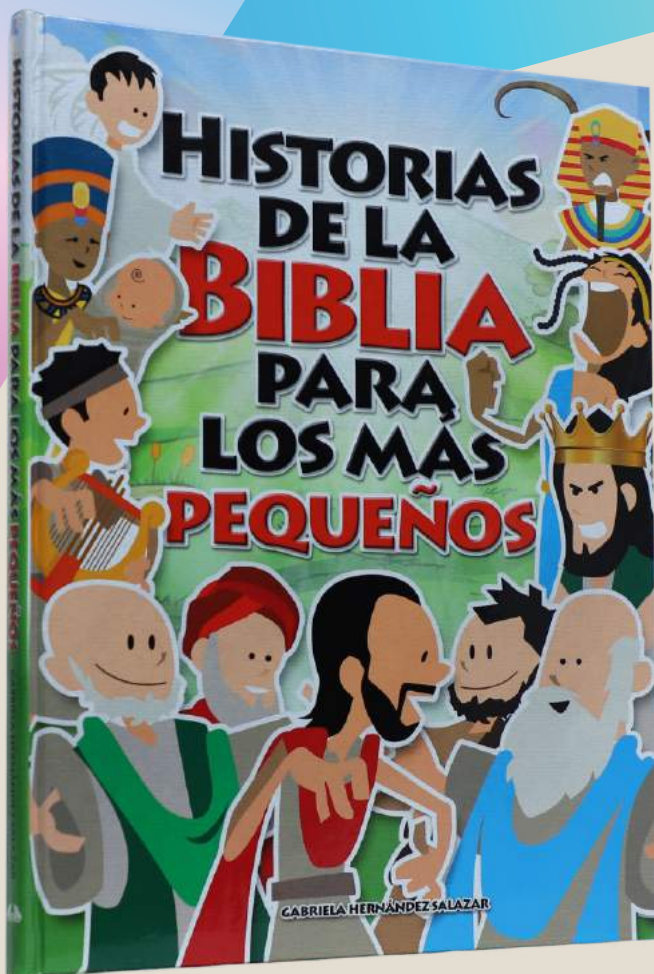
i Solicitala !


 “Ve a la hormiga,
 oh perezoso,
 Mira **sus caminos,**
y sé sabio...”

¡Haz tu pedido!

DANAYA *Acuña*
 (+52) 826-129-2737



Abre
tu
corazón
a
nuevas
aventuras.

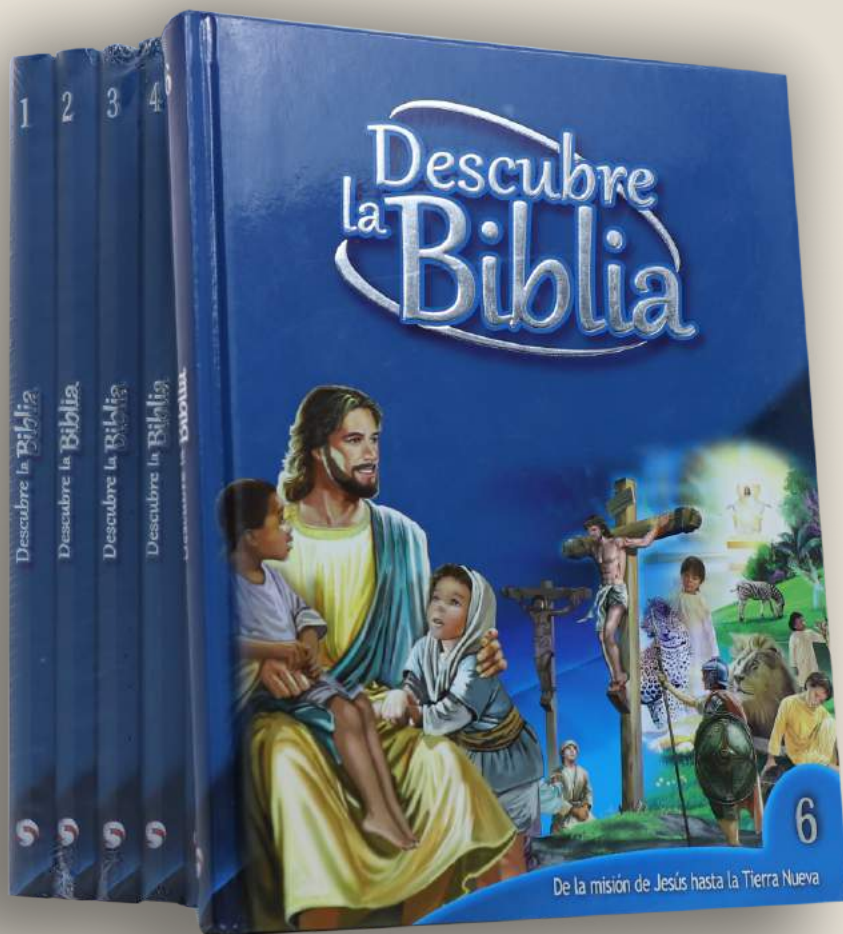


DANAYA *Acuña*
(+52) 826-129-2737



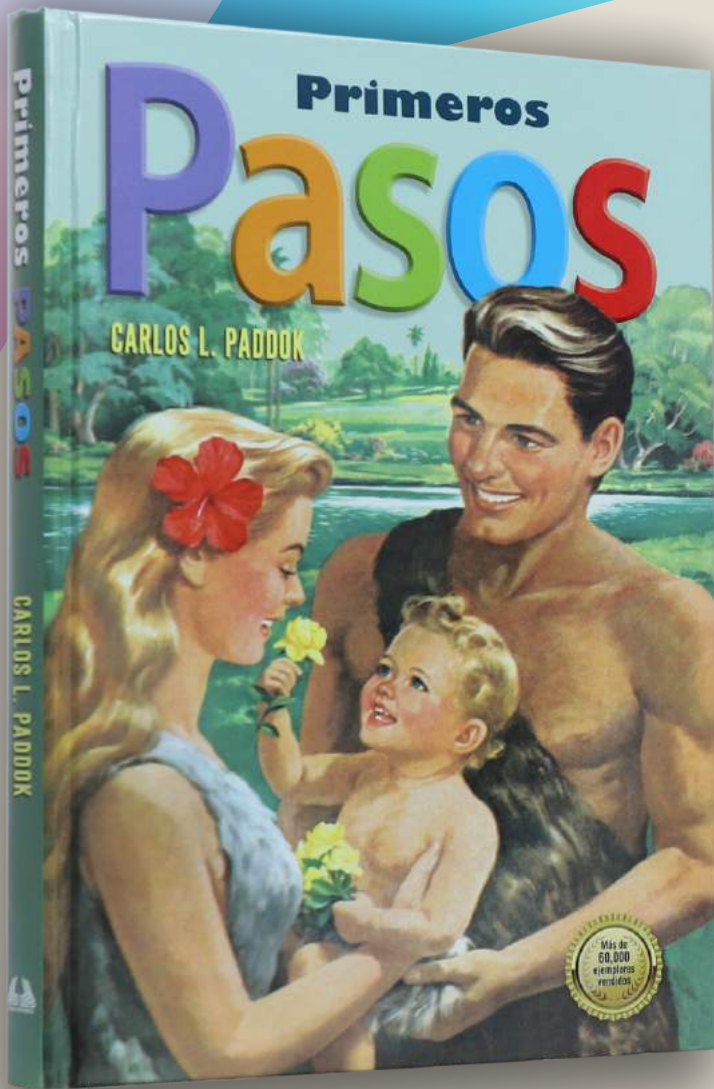
¡Adquierelo!

Enseñar
ES DEJAR
UNA huella



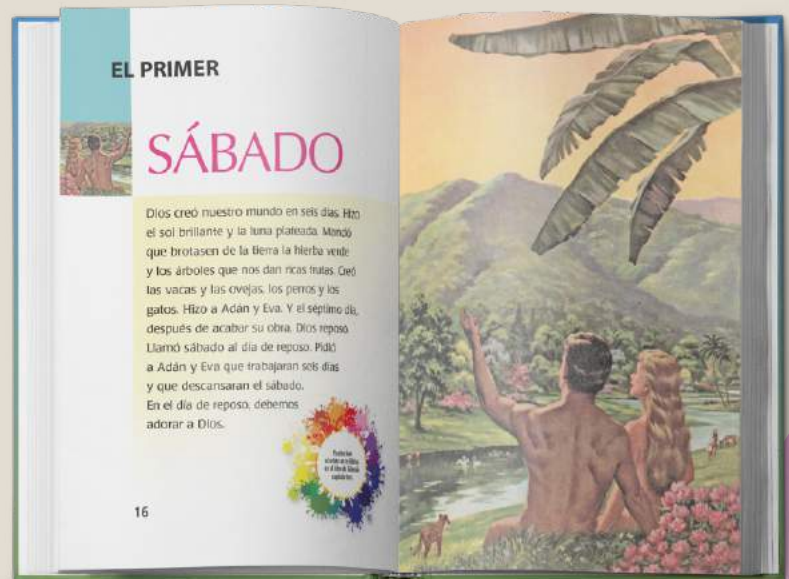
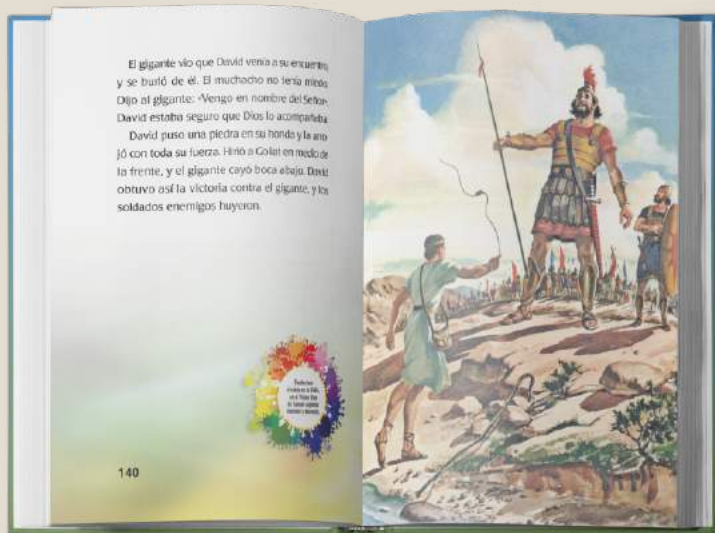
¡Adquiere la colección!

DANAYA *Acuña*
(+52) 826-129-2737

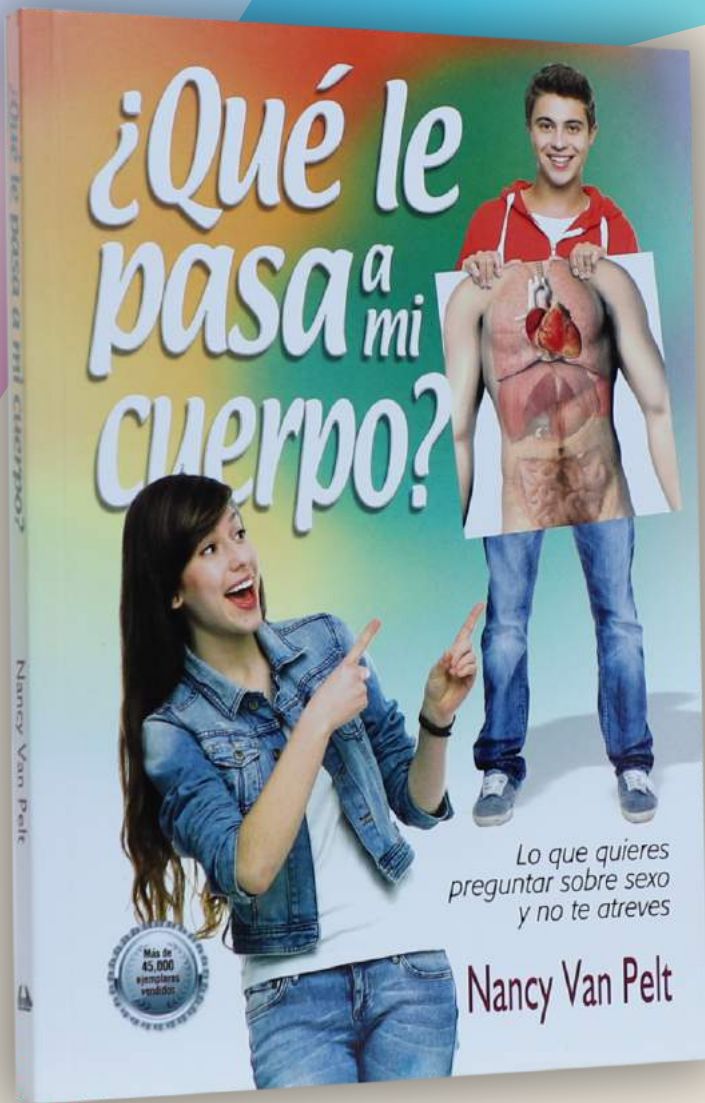


LA familia.
LO ES Todo

DANAYA *Acuña*
Cajamarca | Imperial M
(+52) 826-129-2737



¡Adquierelo HOY!



*Cada cuerpo
tiene su belleza
pero no todos
pueden verla.*

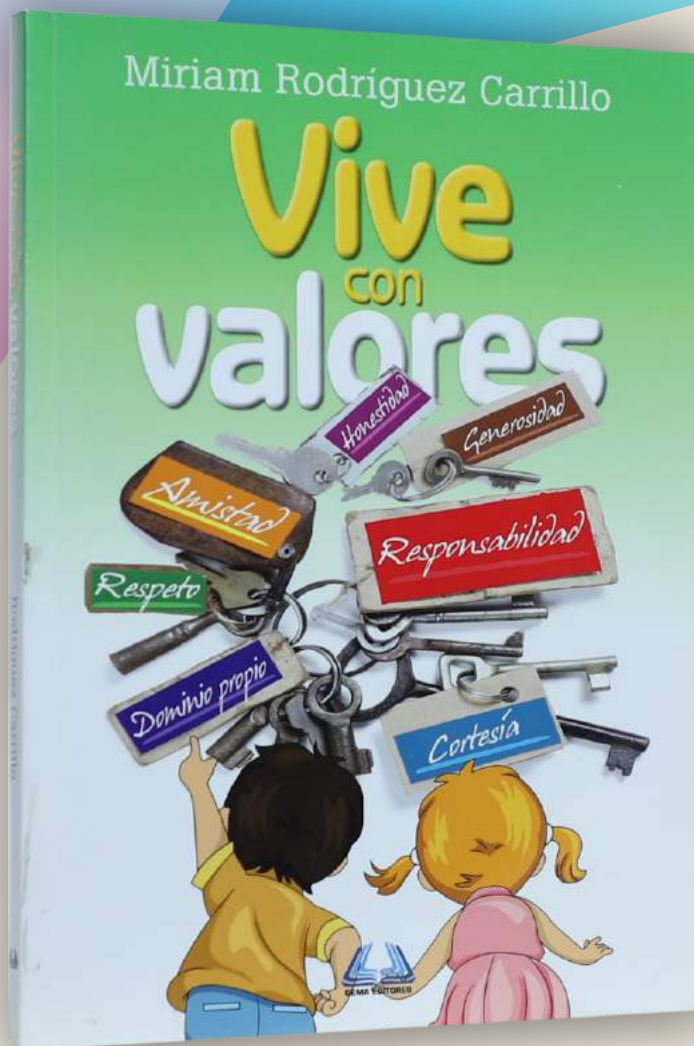


DANAYA *Acuña*
(+52) 826-129-2737

**iHaz TU pedido
ahora!**

13





VIVE LA **VIDA** que amas

DANAYA *Acuña*
Colores / Español 3M
(+52) 826-129-2737



¡Pidélo AHORA!



JÓVENES

Lo divertido
DEL CAMINO
• **ESTAR** •
↔ *con* ↔
AMIGOS



DANAYA *Acuña*
Soy Colportora | EmprendUM

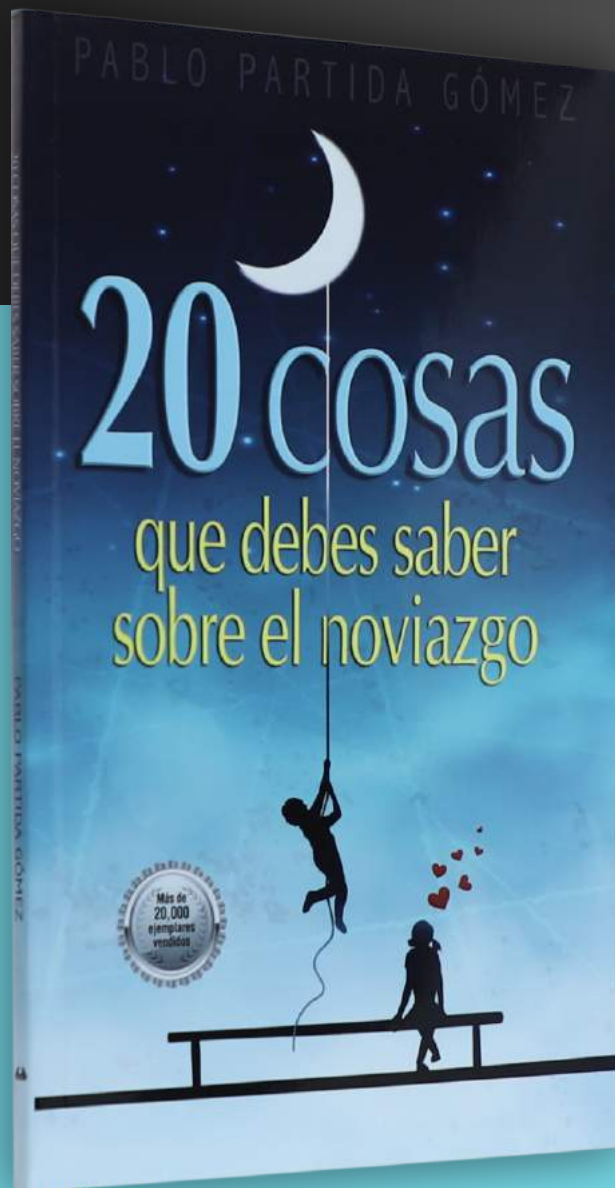
(+52) 826-129-2737

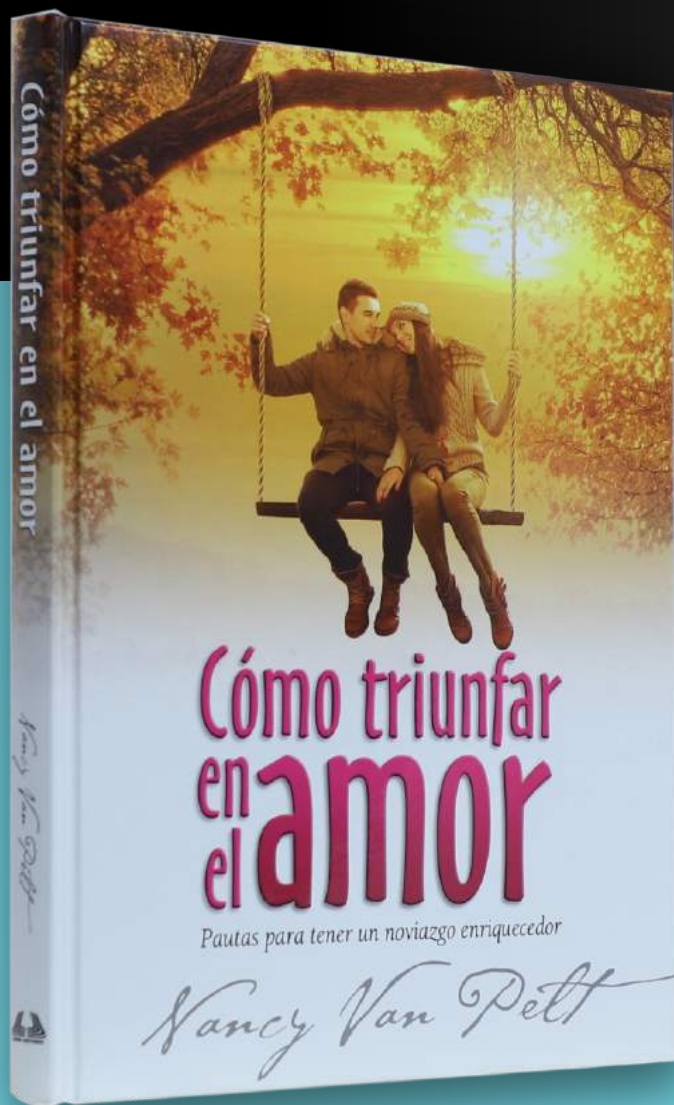
i Adquierelo hoy!

n♥ s♥nrias
que me
enam♥r♥

DANAYA *Acuria*

(+52) 826-129-2737





i Realiza tu pedido !

**El
AMOR
ES LA fuerza MÁS
PODEROSA**

DANAYA *Acuña*
Cajamarca | Empressa, 36

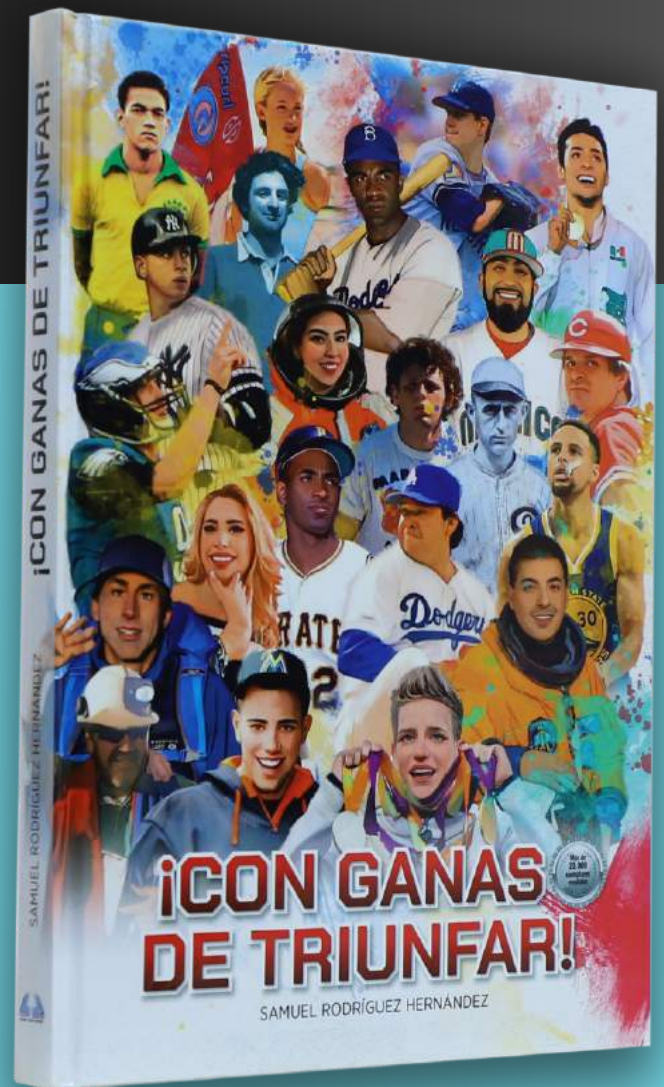
(+52) 826-129-2737



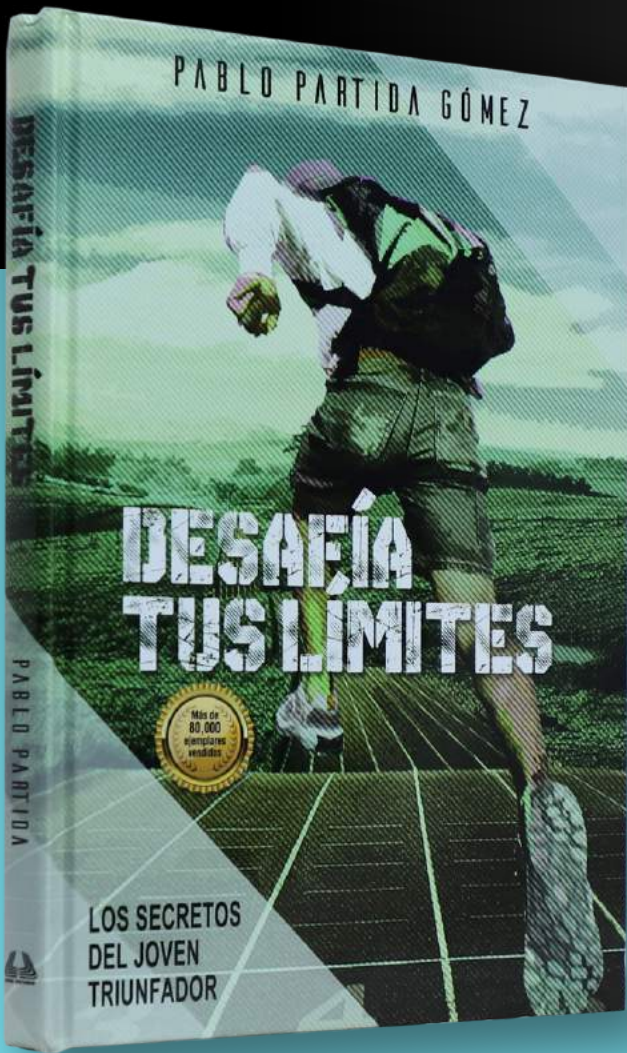
i Solicitalo Ahora !

Mantén * LA * mente * EN EL * juego *

DANAYA *Acuña*
Cobros / EmprestM
(+52) 826-129-2737

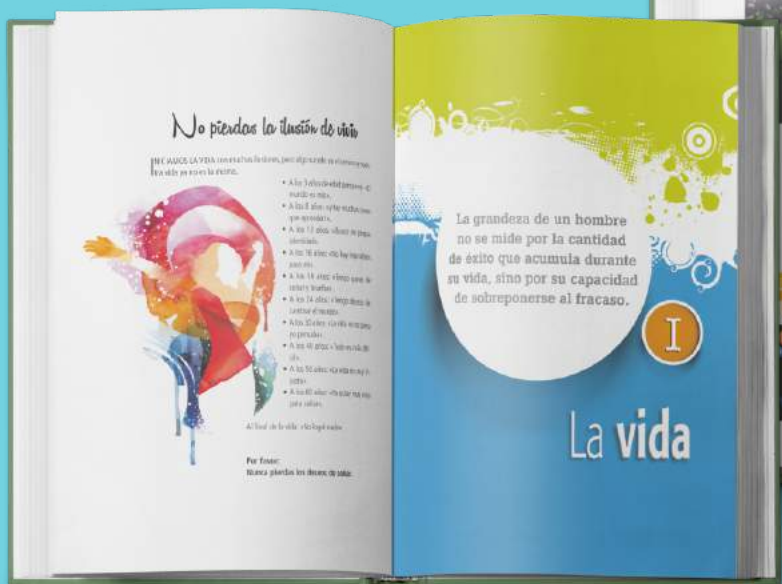


i Hazlo parte de tu colección !



**EL CAMINO
AL
Éxito
ES LA
actitud**

DANAYA *Acuria*
Colombia | Empresarial SA
(+52) 826-129-2737



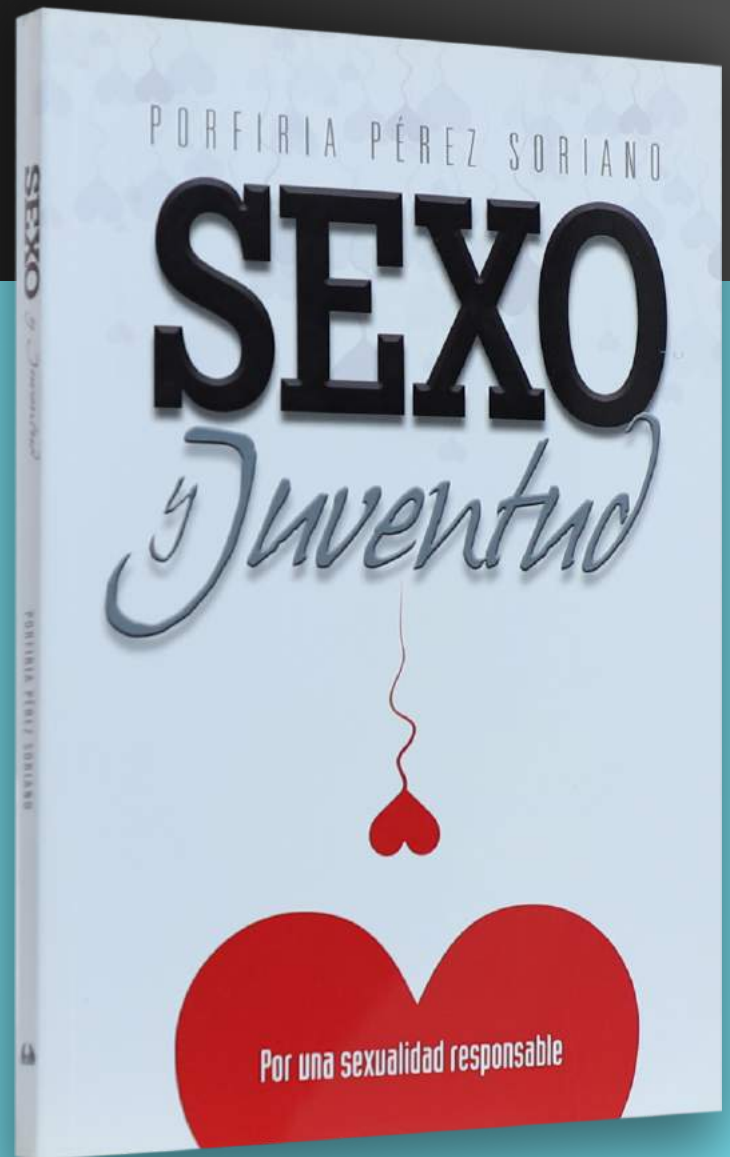
**i Realiza
tu pedido !**

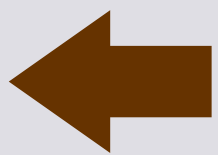
LOS DESEOS **DEBEN** —OBEDECER— A LA RAZÓN

DANAYA *Acuña*

Colombia | Impresión M

(+52) 826-129-2737





SUPERACIÓN **PERSONAL**

Piensa
SUEÑA
≡ **CREE** ≡
atrévete



DANAYA *Acuña*

(+52) 826-129-2737

Danaya.inspiradesign.org

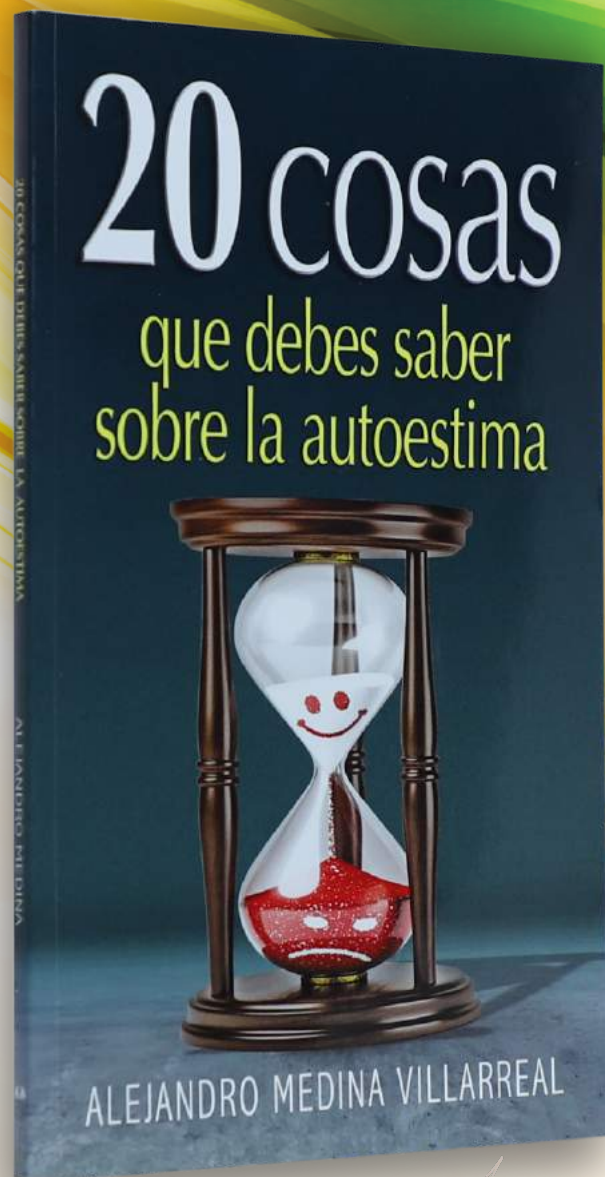


Si te interesa algún libro,

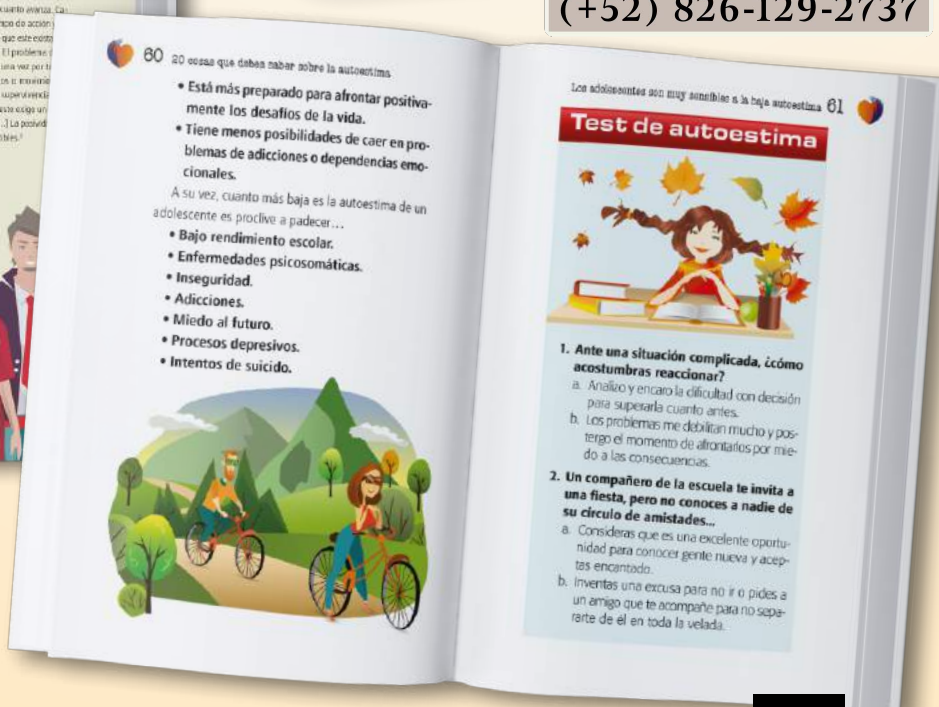
¡CONTÁCTAME!

Soy Colportora | EmprendUM

Transforma TUS HERIDAS EN Sabiduría



DANAYA *Acuña*
(+52) 826-129-2737



**i Pídelas
AHORA!**

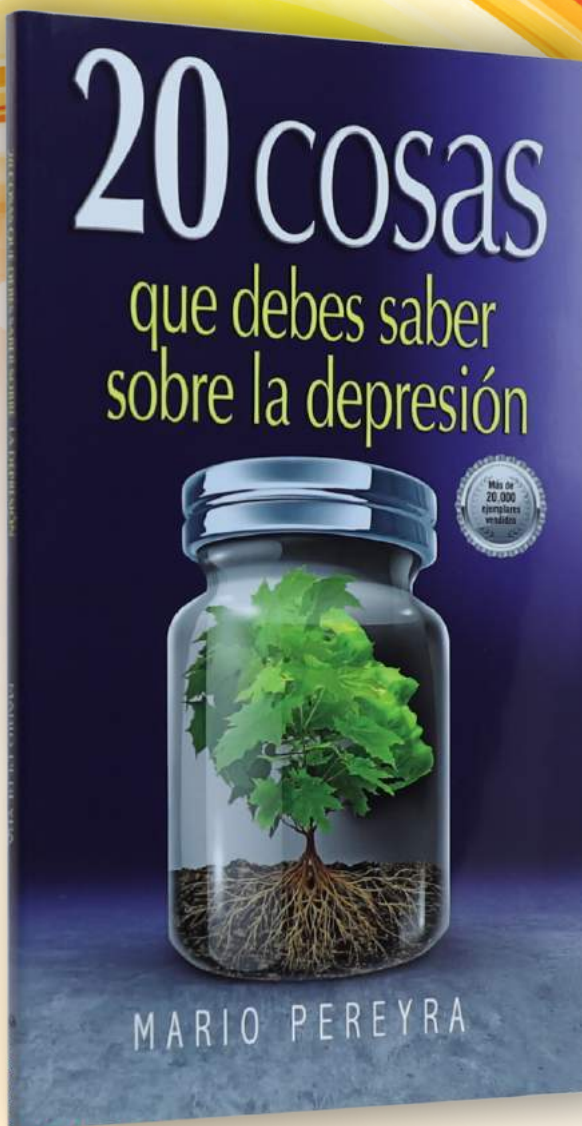
Si te interesa algún libro, ¡CONTÁCTAME!

DANAYA Acuña

(+52) 826-129-2737

Danaya.inspiradesign.org

Soy Colportera | EmprendUM



VIBRA ALTO,
contagia
FELICIDAD



DANAYA Acuña

Colportera | EmprendUM

(+52) 826-129-2737

23

¡Adquiérelolo!

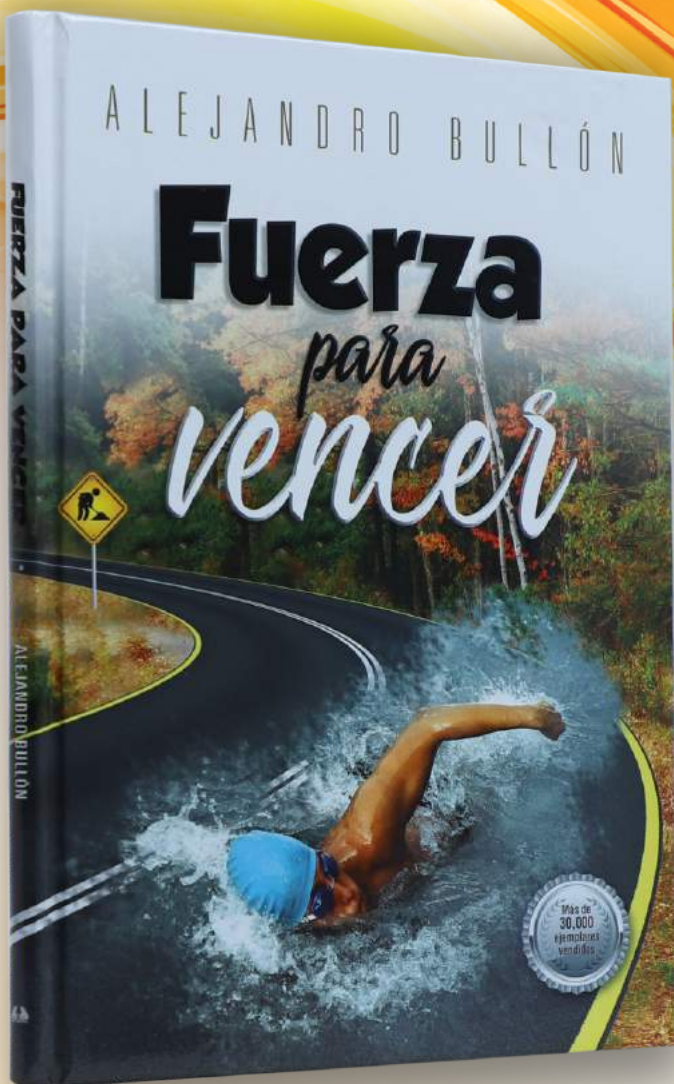
NO HAY mejor medicina • QUE TENER • PENSAMIENTOS alegres



DANAYA *Acuña*
(+52) 826-129-2737



iPidelo ahora !

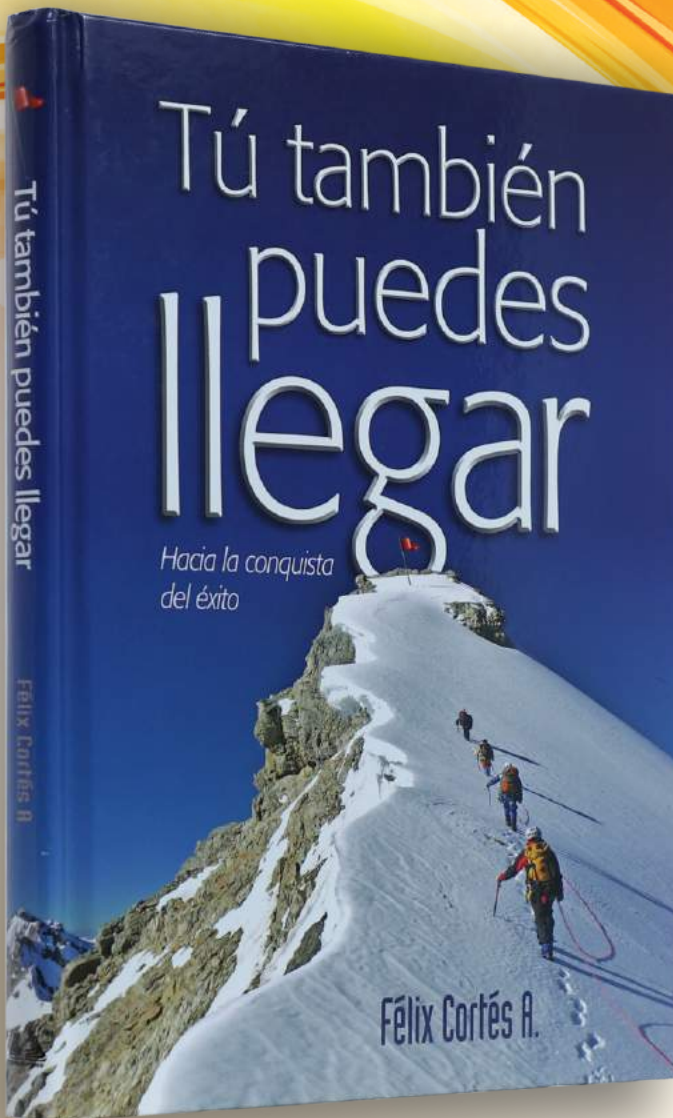


**HASTA QUE
no luchas
POR ALGO
== no te ==
CONVIERTES
en quien eres**

DANAYA *Acuña*
(+52) 826-129-2737



**¡Haz tu pedido
ahora!**



Tú *
ÚNICO
Limite *
ERES *
Tú mismo *

DANAYA *Acuña*
Colaborador | EmprendUM
(+52) 826-129-2737



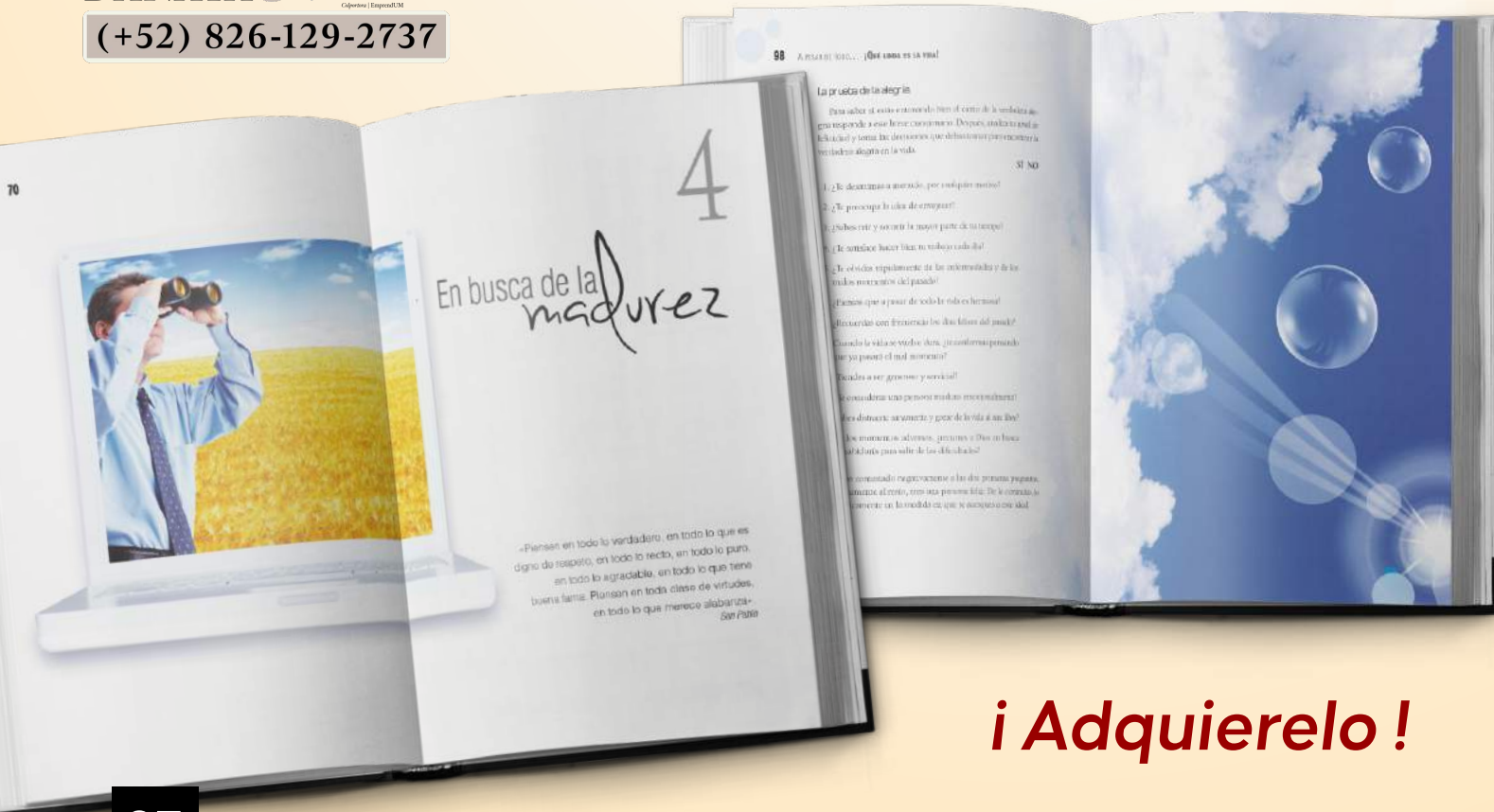
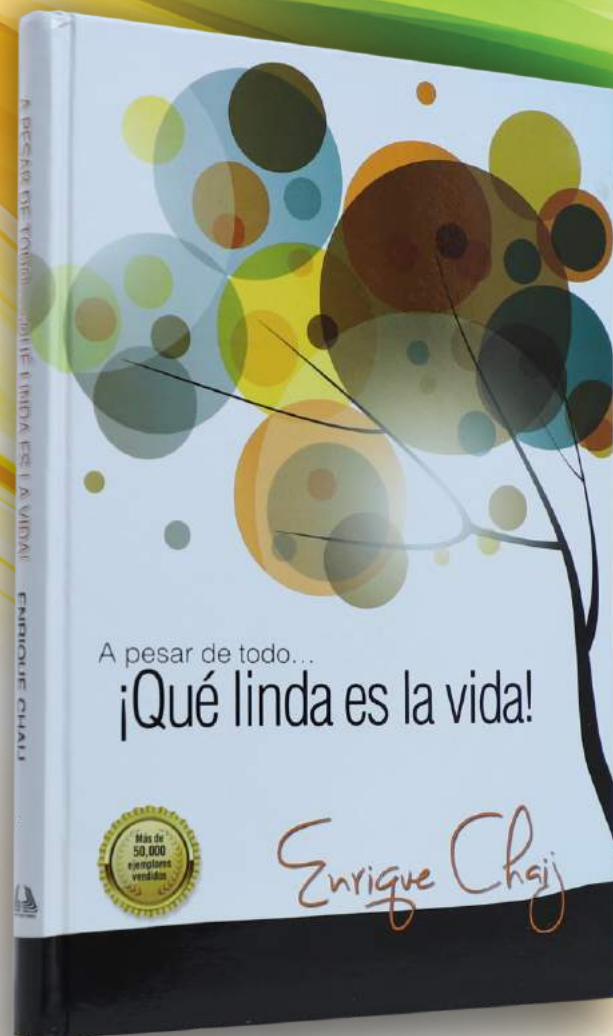
i Pidela ahora mismo!

LA Vida ES UNA Sola

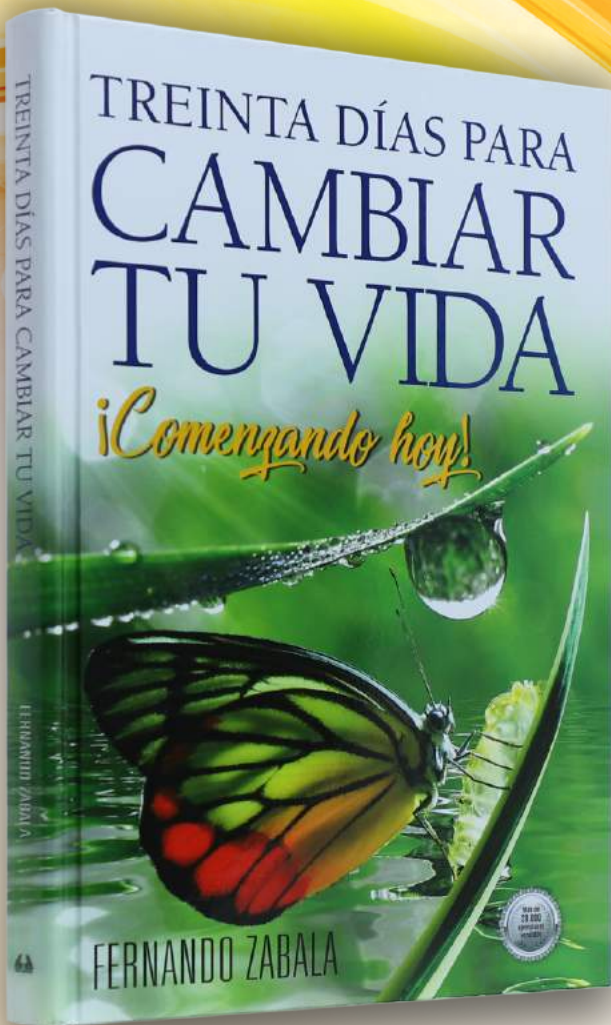
DANAYA *Acuña*

Editorial Espiritual

(+52) 826-129-2737



i Adquierelo !



SI ESTÁS
esperando
EL MOMENTO
P E R F E C T O
es
AHORA

DANAYA *Acuña*
Cajalmar / Tumbaco / M
(+52) 826-129-2737



¡Hazlo tuyo!

**·SI VAS A.
.....
DUDAR
DE ALGO
QUE SEA DE TUS
·LÍMITES·**



i Adquiere tu colección!

DANAYA *Acuña*
Colección | Español | CM

(+52) 826-129-2737



TODOS ~ TUS
sueños
 pueden hacerse
realidad
 si tienes el
coraje
 DE PERSEGUIRLOS

¡ Haz tu pedido!

DANAYA *Acuña*
 (+52) 826-129-2737



»»»
A VECES
PARA PODER
SEGUIR
HAY QUE EMPEZAR
«««
DE NUEVO

***¡ Solicitala
Ahora!***

DANAYA *Acuña*
Cajunán / Ensenada, B.C.
(+52) 826-129-2737



HOGAR Y **FAMILIA**

MI...
FAMILIA
ES MI
Refugio



DANAYA *Acuña*

(+52) 826-129-2737

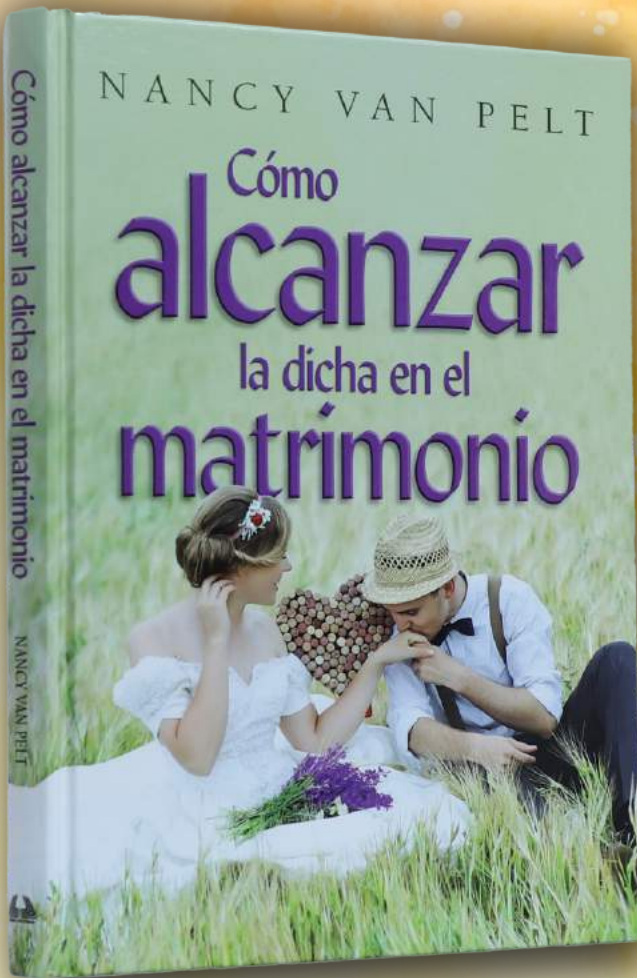
Danaya.inspiradesign.org



Si te interesa algún libro,

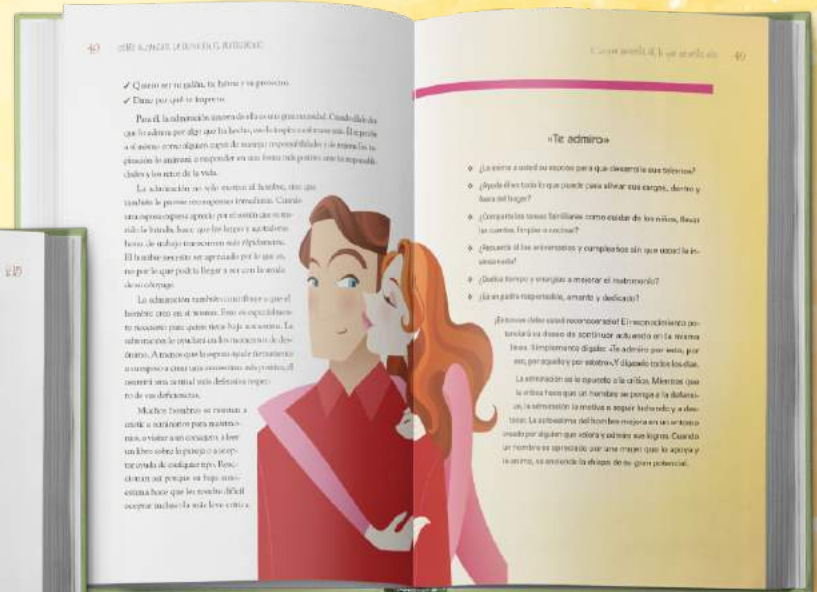
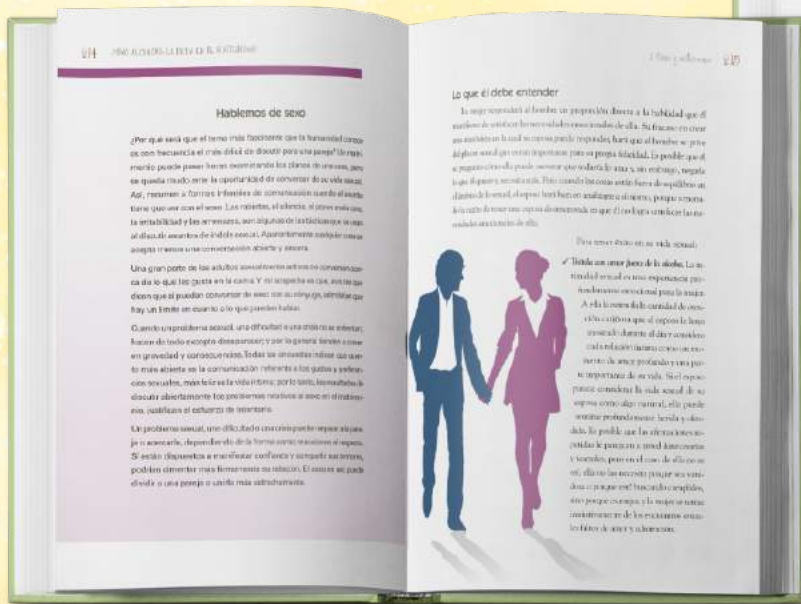
¡CONTÁCTAME!

Soy Colportora | EmprendUM



Ningún éxito en la **VIDA** puede compensar el fracaso en el **HOGAR**

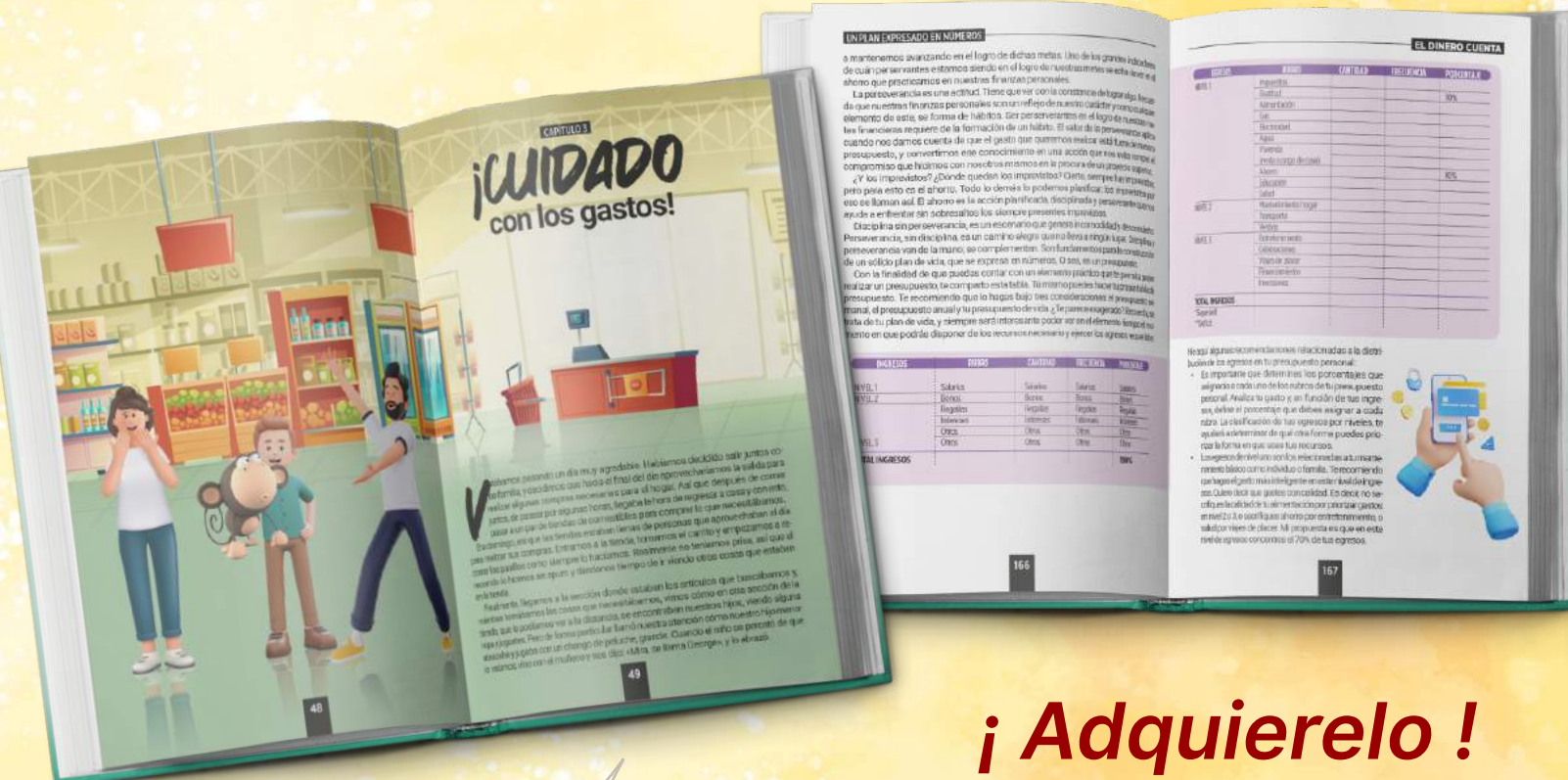
DANAYA *Acuña*
 (+52) 826-129-2737



¡Haz tu pedido!

Con dinero serás más amable

***“El dinero no te transforma,
sólo expone lo que ya eres.”***



DANAYA *Acuña*
Colpatria | Emprendi360

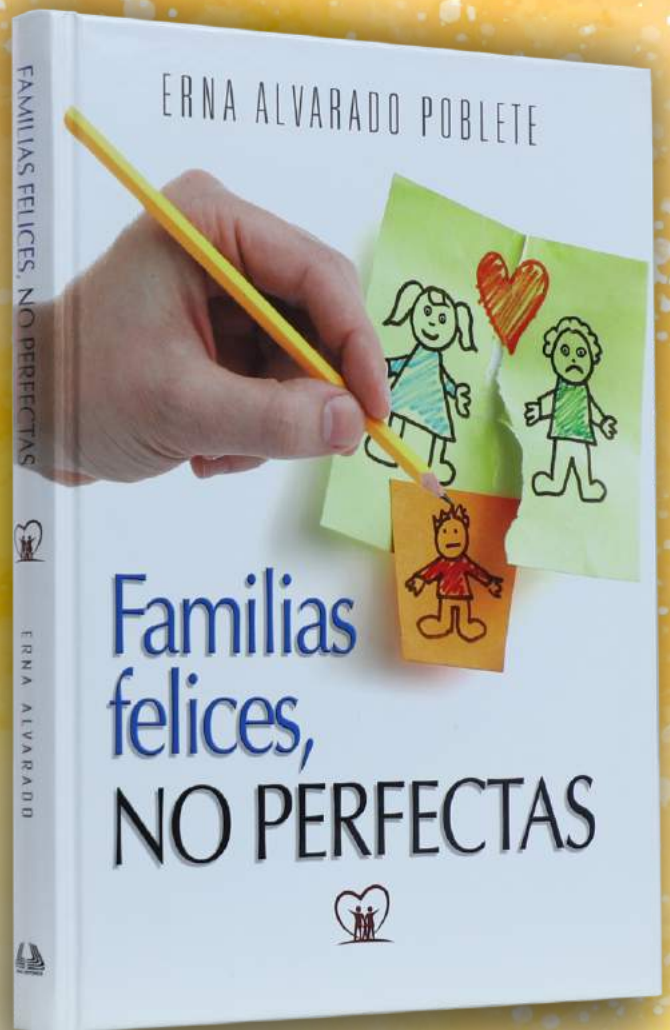
(+52) 826-129-2737

¡ Adquierelo !

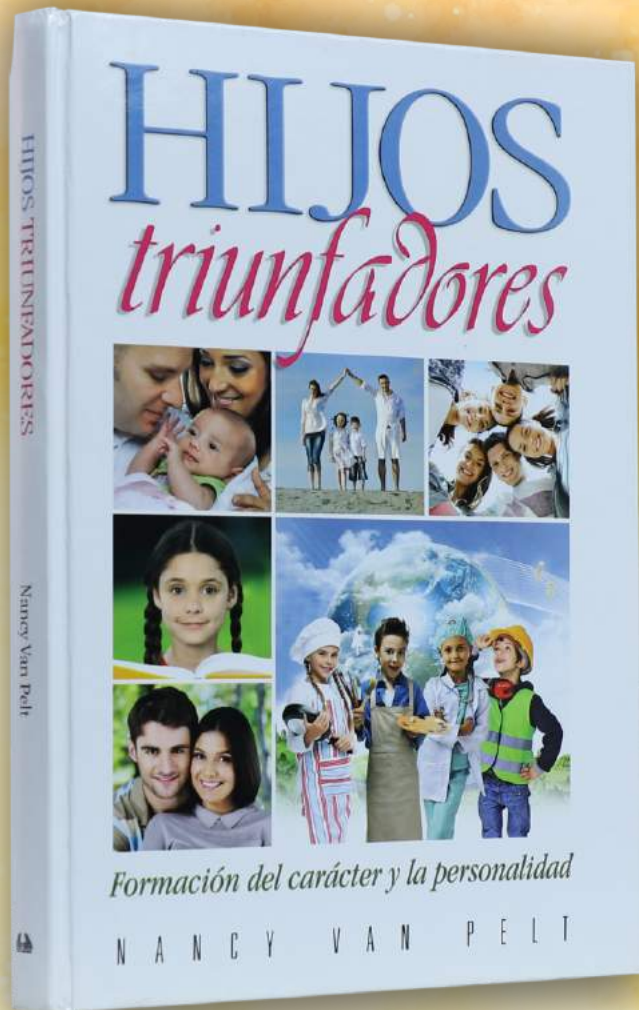
34

**SI EL PLAN
no funciona
CAMBIA
EL PLAN
pero no cambies
LA META.**

DANAYA *Acuña*
Colaboradora | Emprendi360
(+52) 826-129-2737



¡ Adquiere lo !



CUANDO ESTÉS A PUNTO DE RENUNCIAR A UN SUEÑO RECUERDA POR QUE COMENZASTE

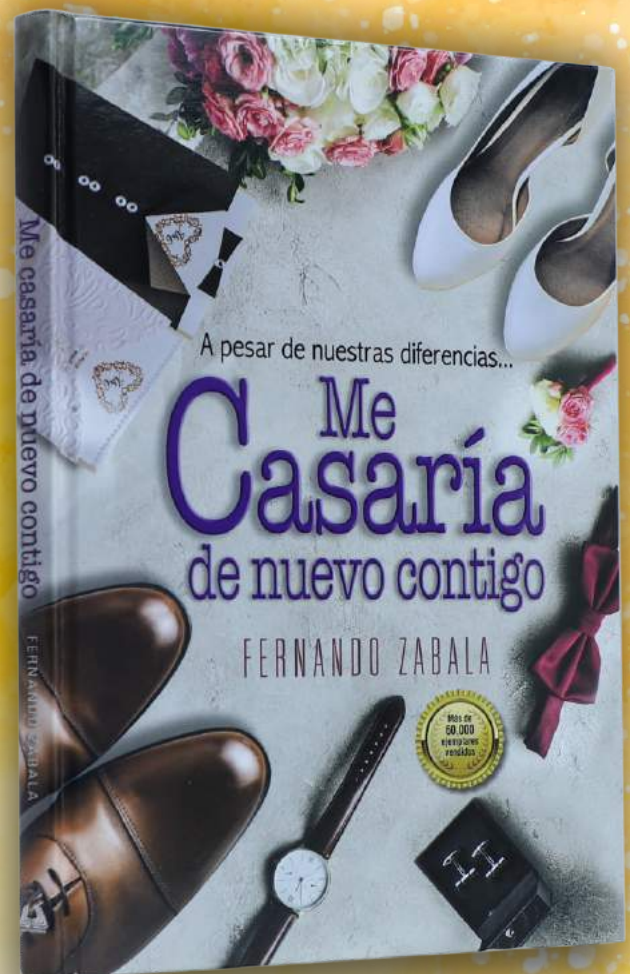
DANAYA *Acuña*
(+52) 826-129-2737



¡ Pídelo ahora !

LO ÚNICO IMPOSIBLE es AQUELLO que no INTENTAS

DANAYA *Acuña*
Cajamarca | EmprendIM
(+52) 826-129-2737



**¡ Realiza tu
pedido !**



★ LA VIDA NO SE MIDE EN MINUTOS SE MIDE EN MOMENTOS



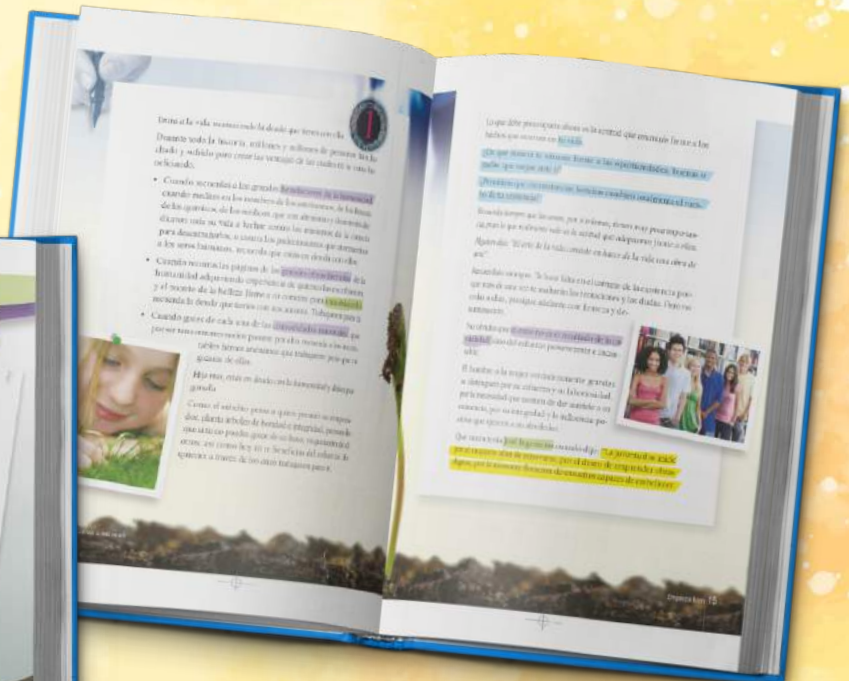
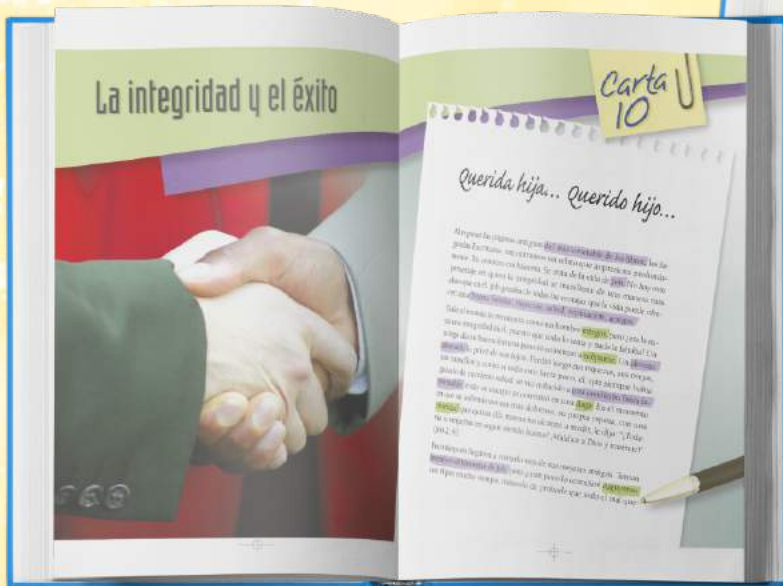
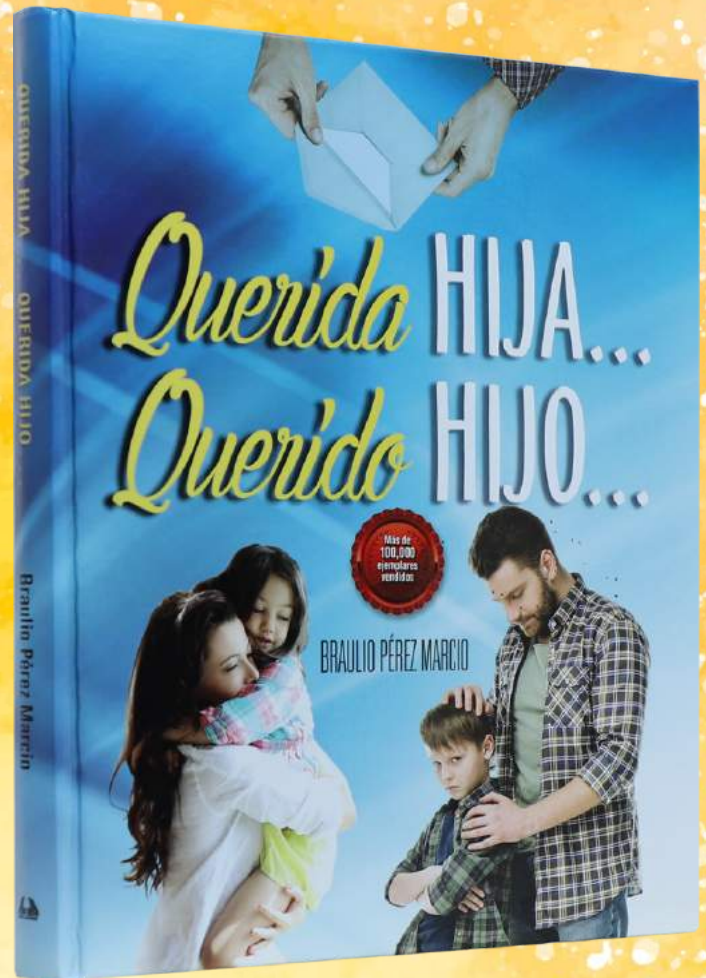
DANAYA *Acuña*
Cajamarca / Ecuador
(+52) 826-129-2737



¡ Adquiere! !

TODO CAOS ESCONDE UNA OPORTUNIDAD

DANAYA *Acuña*
Colaboradora | EmprendIM
(+52) 826-129-2737



**¡ hazlo parte
de tu colección !**

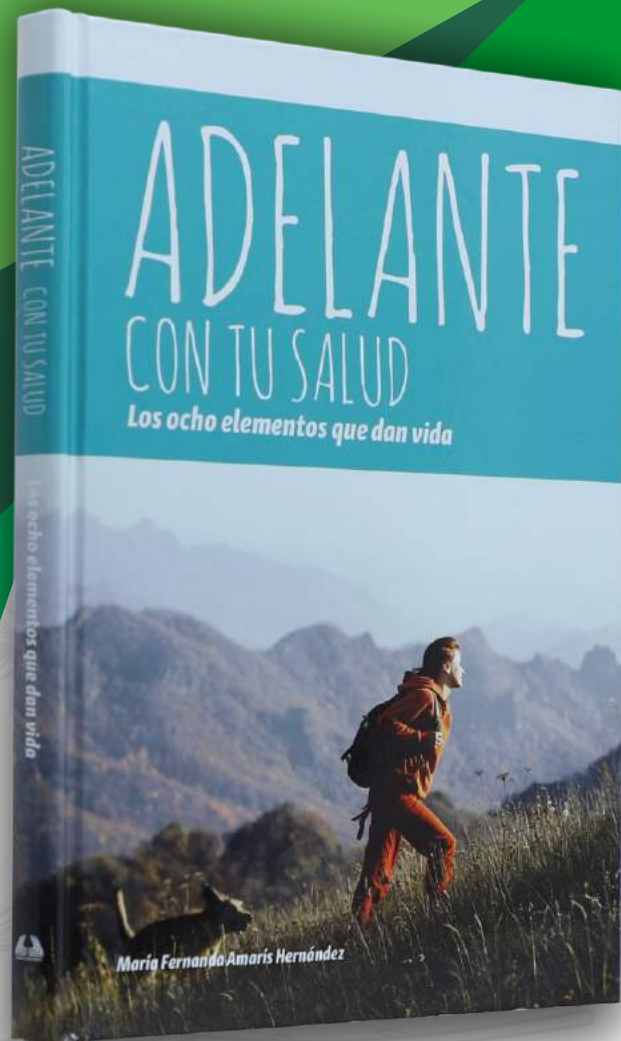


SALUD Y ESTILO DE VIDA

**"Nunca fue tan necesario
como hoy dar educación
en los principios que
rigen la salud."**

DANAYA *Acuña*
Soy Colaboradora | EmprendUM

(+52) 826-129-2737



“ Todo lo que promueve la salud física, promueve el desarrollo de una mente fuerte ”

DANAYA *Acuña*
 (+52) 826-129-2737



¡Haz tu pedido!

EL CAMBIO

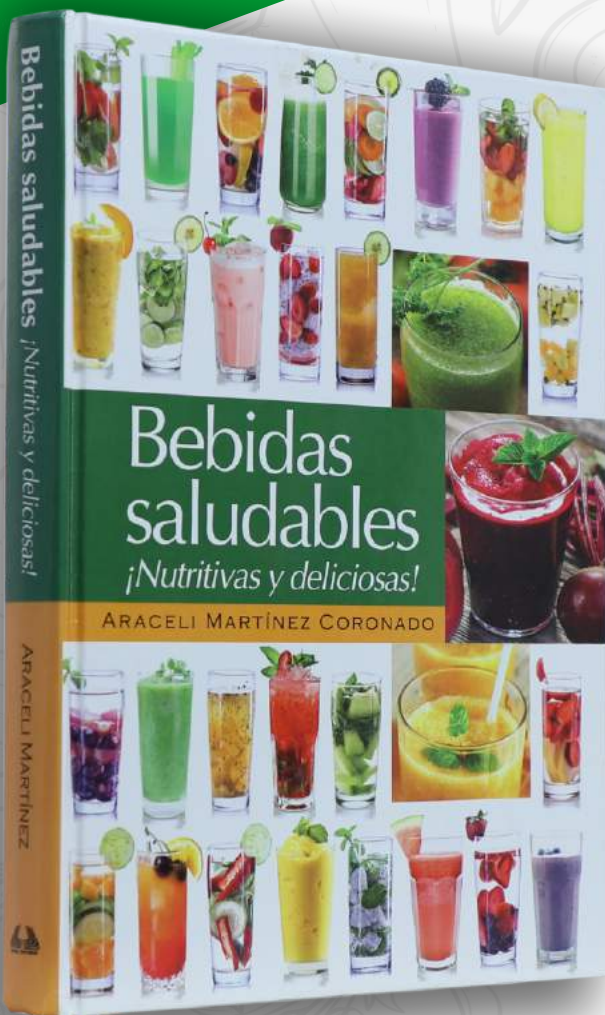
NO ES SOLO

PARTE

ESENCIAL

★ DE LA VIDA ★

ES LA VIDA



DANAYA *Acuña*
Culinary | Emprendedora

(+52) 826-129-2737

Prólogo

EL CONSUMO DE VERDURAS y frutas en México es muy bajo, lo que contribuye a la mala salud de la población. Las verduras y frutas son alimentos que nos ayudan a mantenernos saludables y a prevenir enfermedades. En esta sección, te presentamos algunas recetas de bebidas saludables que puedes preparar en casa.

Quiero invitarte a descubrir que no las frutas y verduras son solo alimentos, sino que también pueden ser deliciosas y saludables. ¡Vamos a empezar!

Así que en este libro, que contiene recetas con ingredientes fáciles de encontrar y muy saludables, te voy a enseñar a preparar bebidas saludables que te ayudarán a mantenerte saludable y a disfrutar de la vida.

Las recetas presentadas en este libro están diseñadas para ser fáciles de preparar y para que puedas disfrutar de ellas. Algunas de ellas son muy simples, mientras que otras son más complejas. Pero todas son saludables y deliciosas. ¡Vamos a empezar!

¡Vamos a empezar!

Verde intenso

(Rinde 1 ración)

Ingredientes:

- 1 taza de espinaca
- 1/2 taza de papino rebanado con cítricos
- 1/2 taza de apio
- 1/2 taza de jugo de naranja
- 1/2 taza de agua fría
- 1/2 taza de agua fría
- 1/2 taza de agua fría

Modo de preparación:

1. Lavar y desmenuzar la espinaca, el apio y el papino.
2. Lavar el pepino, el chile y el pimiento con agua.
3. Lavar y cortar el kiwi.
4. Licuar todos los ingredientes.
5. Servir y beber después.

Beneficios:

Este jugo es rico en vitaminas y minerales. Ayuda a mejorar la digestión y a fortalecer el sistema inmunológico. También es rico en fibra, lo que ayuda a mantener el sistema digestivo saludable.

Valor nutricional (1 ración):

Energía	100 kcal
Proteína	2 g
Grasa	0 g
Carbohidrato	20 g
Fibra	5 g

Recomendado para:



Vitaminado

(Rinde 1 ración)

Ingredientes:

- 1/2 taza de jugo de naranja
- 1/2 taza de agua fría
- 1/2 taza de agua fría
- 1/2 taza de agua fría
- 1/2 taza de agua fría
- 1/2 taza de agua fría
- 1/2 taza de agua fría

Modo de preparación:

1. Lavar y cortar las frutas.
2. Lavar y cortar las verduras.
3. Licuar todos los ingredientes.
4. Servir y beber después.

Beneficios:

Este jugo es rico en vitaminas y minerales. Ayuda a mejorar la digestión y a fortalecer el sistema inmunológico. También es rico en fibra, lo que ayuda a mantener el sistema digestivo saludable.

Valor nutricional (1 ración):

Energía	100 kcal
Proteína	2 g
Grasa	0 g
Carbohidrato	20 g
Fibra	5 g

Beneficios:

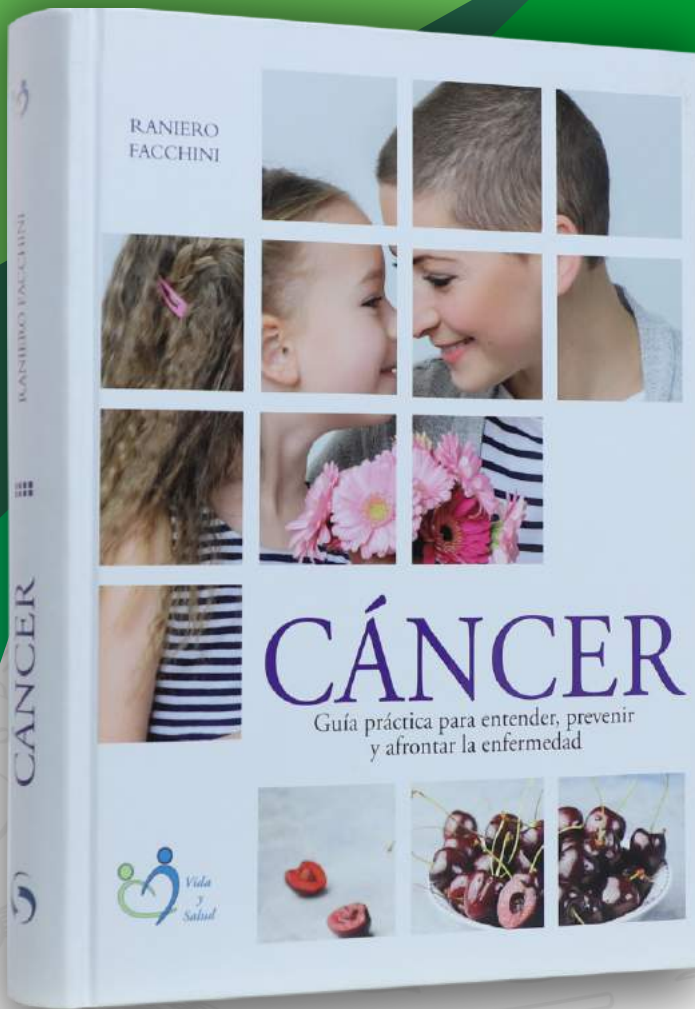
Este jugo es rico en vitaminas y minerales. Ayuda a mejorar la digestión y a fortalecer el sistema inmunológico. También es rico en fibra, lo que ayuda a mantener el sistema digestivo saludable.

Valor nutricional (1 ración):

Energía	100 kcal
Proteína	2 g
Grasa	0 g
Carbohidrato	20 g
Fibra	5 g

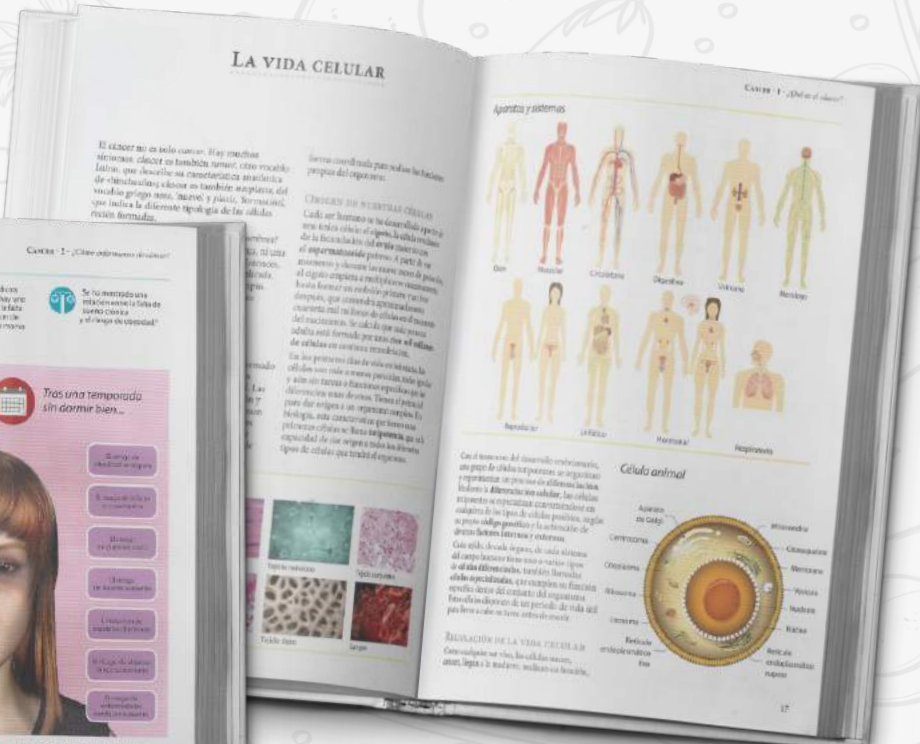
Recomendado para:





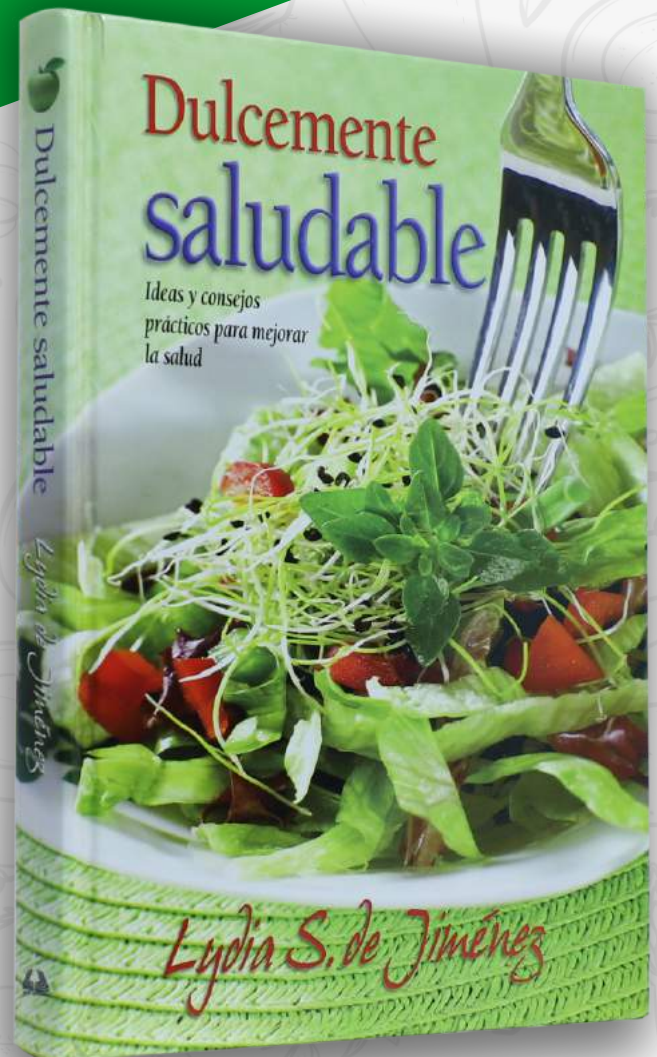
DANAYA *Acuña*
 (+52) 826-129-2737

LA ENFERMEDAD es el RESULTADO DE LA VIOLACIÓN DE LAS LEYES NATURALES



¡Pidela ahora!

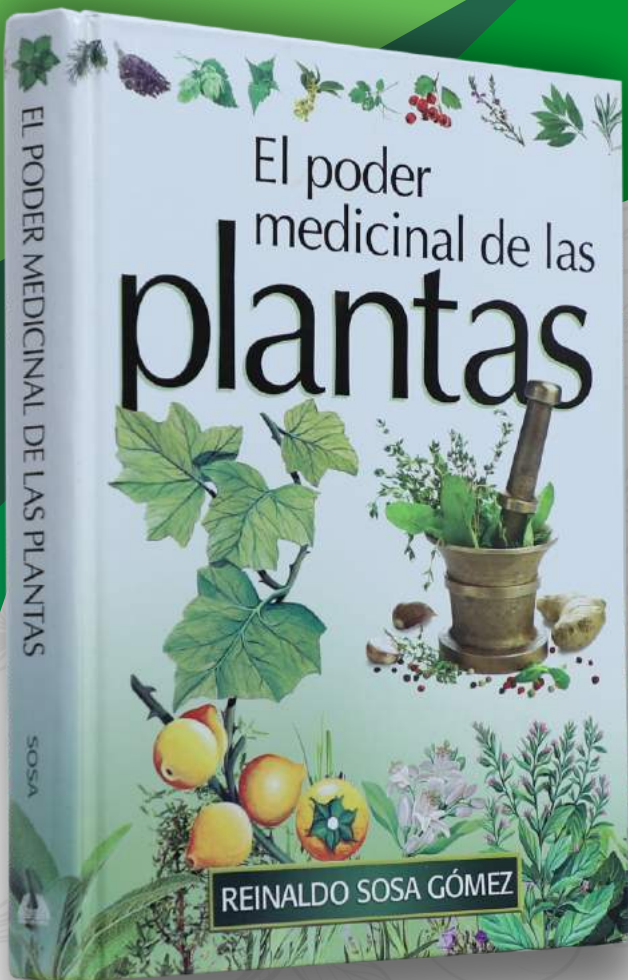
No hagas DE TU CUERPO UNA TUMBA PARA TU VIDA



DANAYA Acuña
(+52) 826-129-2737



45 ¡Realiza tu pedido!



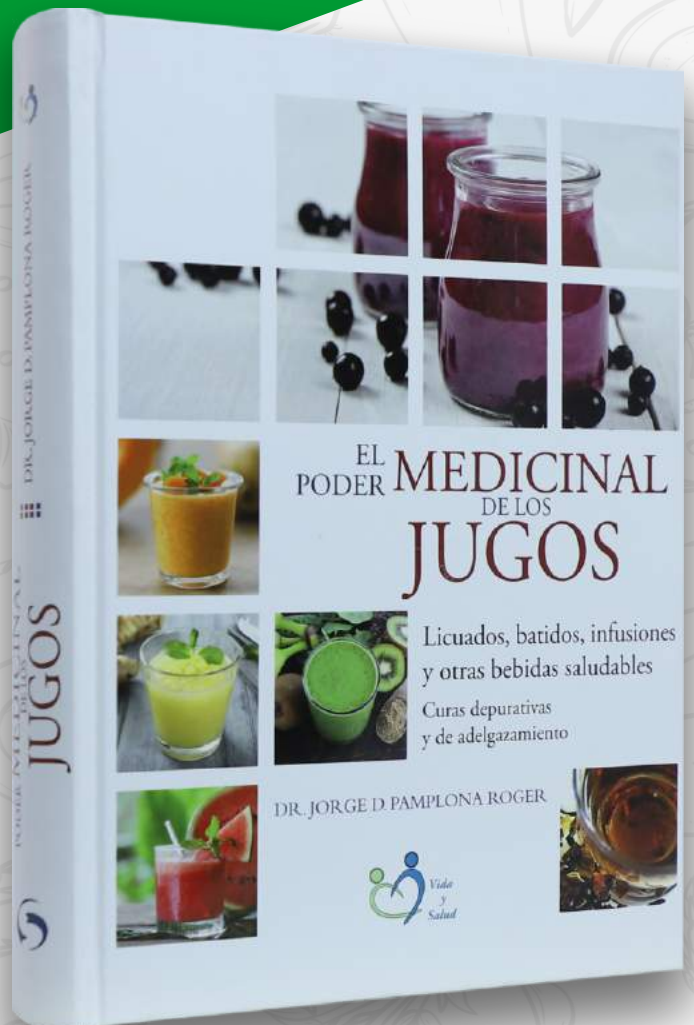
La **SALUD** no se valora ♦♦ **HASTA** ♦♦ QUE LLEGA ≡ **LA ENFERMEDAD** ≡

DANAYA *Acuña*
Cajonero (Imprenta)
(+52) 826-129-2737



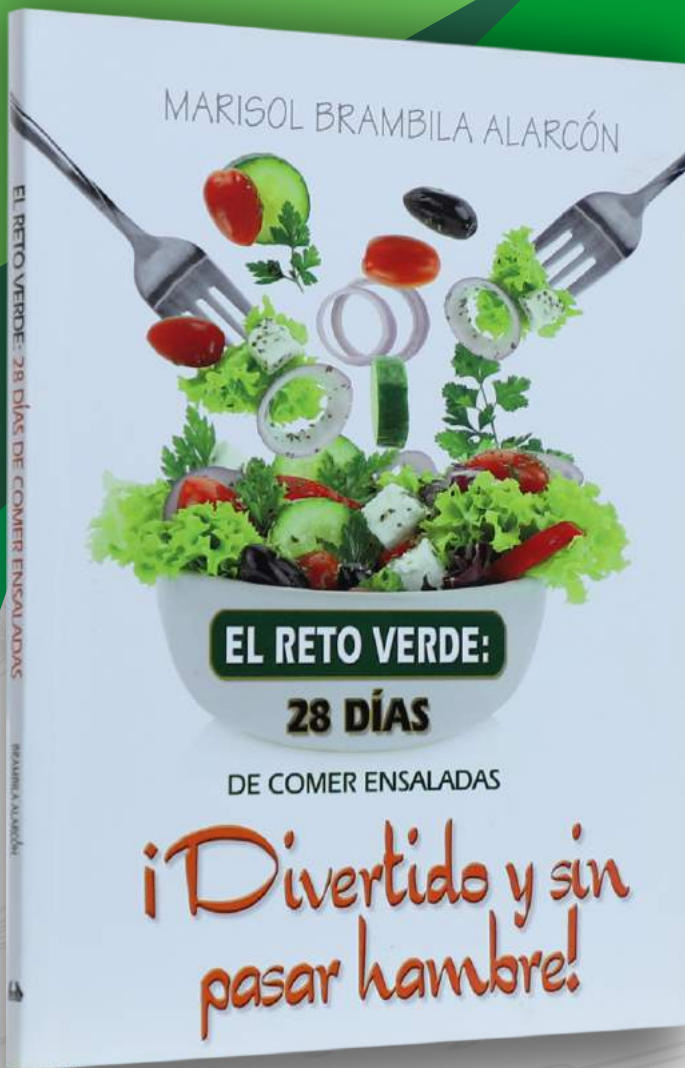
¡Adquierela!

— LA MAYOR — DE LAS — LOCURAS ES SACRIFICAR LA SALUD POR CUALQUIER OTRO TIPO DE FELICIDAD



DANAYA Acuña
(+52) 826-129-2737





Practicar HÁBITOS CORRECTOS PROMUEVE UNA SALUD MEJOR

DANAYA *Acuña*
Culpepa | Ingeniera JM
(+52) 826-129-2737



¡Hazlo parte
de tu colección !



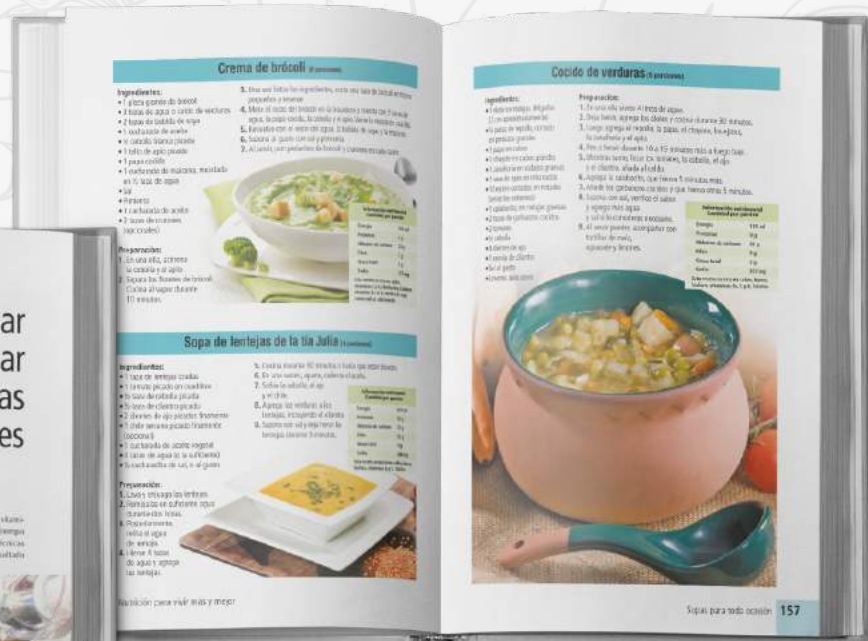
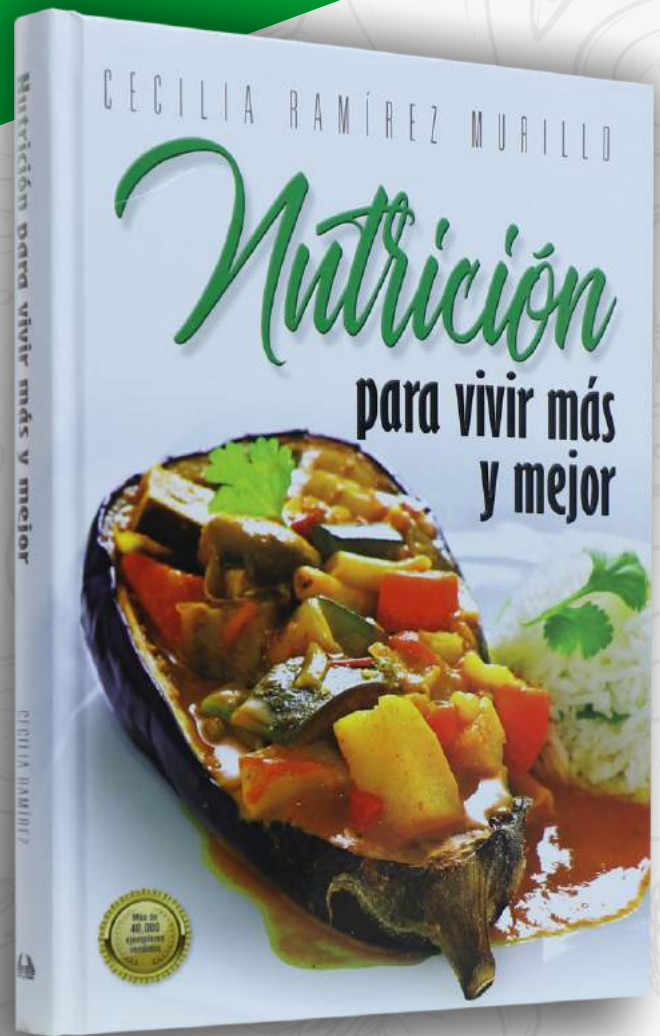
LA SALUD NO TIENE PRECIO Y EL QUE LA ARRIESGA ES UN NECIO

DANAYA *Acuña*
Colombia | ImportaUM
(+52) 826-129-2737

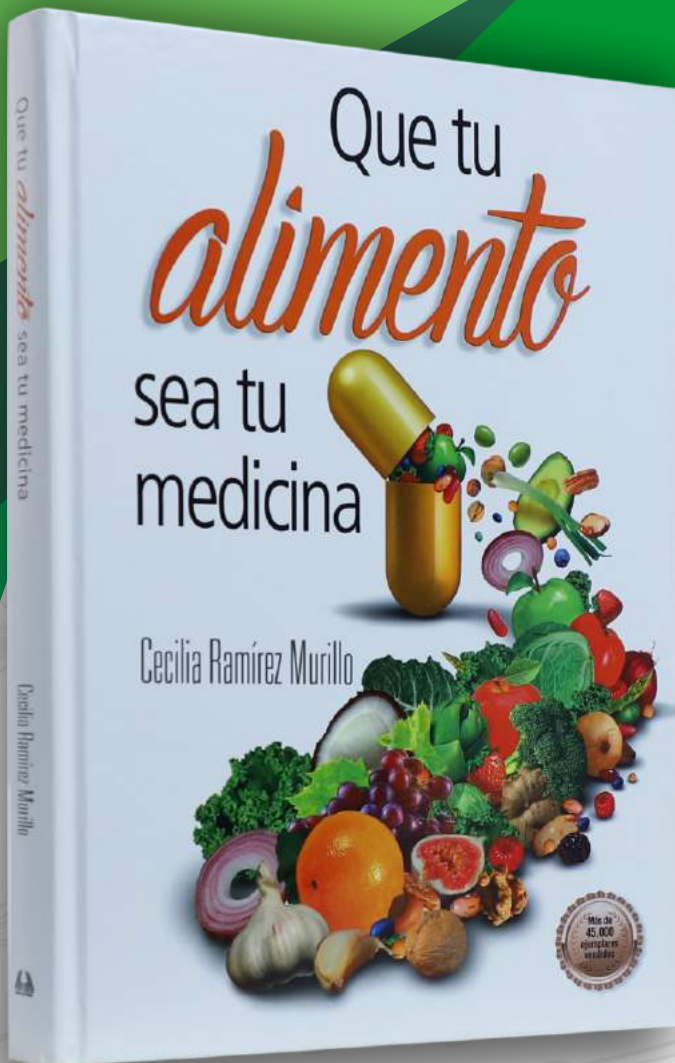


Nuestra felicidad «« ESTÁ TAN »» intimamente relacionada con LA SALUD

DANAYA *Acuña*
(+52) 826-129-2737

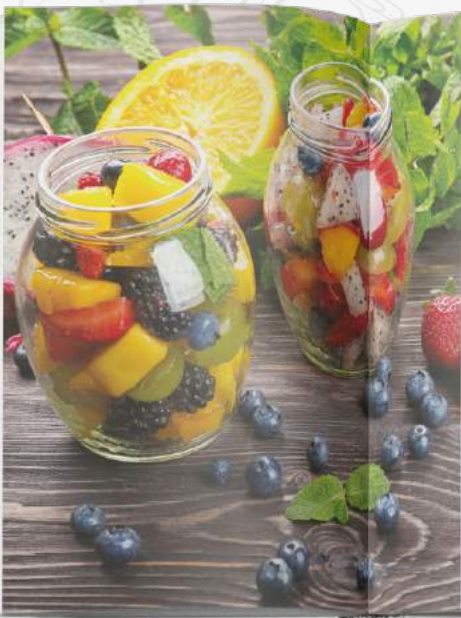


¡Haz tu pedido!



¡Entre!
Salud
y dinero
salud primera!

DANAYA *Acuña*
 (+52) 826-129-2737



Presentación

En la vida es muy oportuno saber que tenemos más recursos en el consumo de las propiedades físicas de los alimentos. Ante el avance de la tecnología y el estudio biotecnológico de los alimentos, nos encontramos a veces con nombres técnicos difíciles de entender para los lectores comunes.

Tras leer los anexos a todos, un importante conocimiento adquirido, a través de las redes, canales, telegramas y otros medios en este momento, a saber, la capacidad de los alimentos. Así es como podemos conocer cómo los alimentos se relacionan con nuestra salud y el consumo de alimentos saludables, logramos crear una buena salud. La idea es mostrar, como se ve en el Sistema de Marco Lino, cómo es posible llevar un control de la salud, así que para sus próximos proyectos, hay que tener la cantidad de comida adecuada convenientemente para mejorar la salud, no para el cuerpo.

Siempre utilizar adecuadamente los nutrientes para mejorar nuestro cuerpo es una tarea. La salud de este libro ha sido el resultado de un trabajo entre la diversidad de alimentos del mundo antiguo, que nos ha permitido, que sepan en poder restaurar el organismo, por tanto es el efecto más saludable, responder y mejorar. Por eso, se

Presentación 18

148 Agua y alcohol con la bebida



sa, pepino y limón (8 raciones)



Postre: Bocadillos helados de fruta y yogur (4 raciones)

Ingredientes:

- 2 tazas de yogur sin azúcar
- 1 taza de leche
- 1 taza de azúcar
- 1 taza de fruta
- 1 taza de frutas

Preparación:

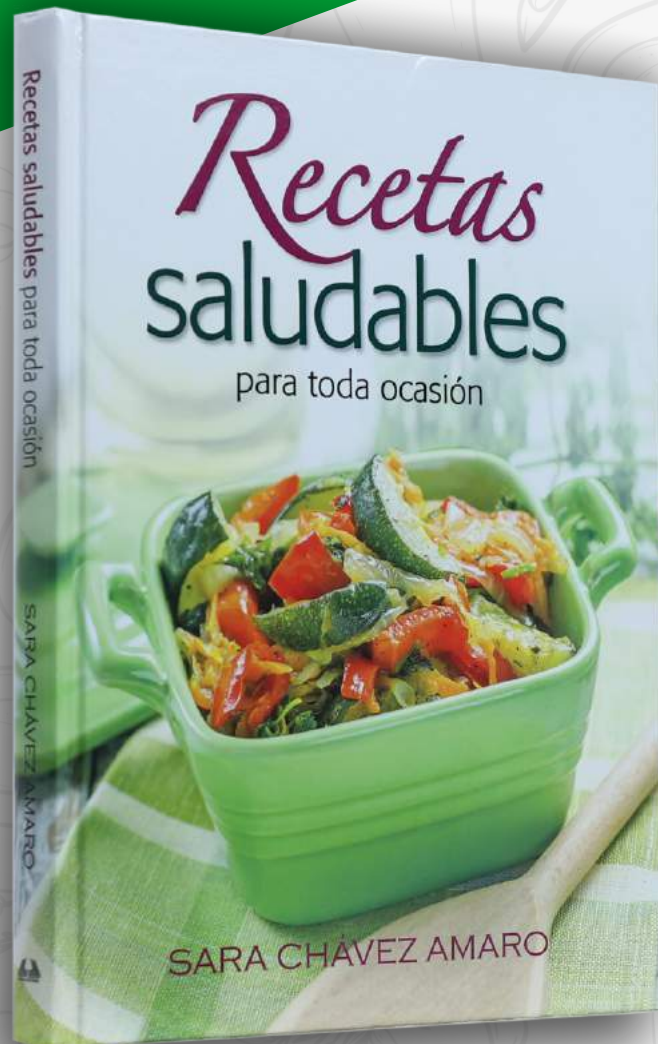
1. Calentar el yogur y la leche.
2. Mezclar la leche con el azúcar y la fruta.
3. Agregar la fruta y la leche.
4. Agregar la fruta y la leche.
5. Agregar la fruta y la leche.
6. Agregar la fruta y la leche.
7. Agregar la fruta y la leche.
8. Agregar la fruta y la leche.



Postre 149

**Cuida de tu
cuerpo**

**es el único
LUGAR
que tienes
para vivir**



DANAYA *Acuña*
(+52) 826-129-2737



¡Adquierela!



Valores Espirituales

“**Confía en el Señor y de todo corazón y no te apoyes en tu propia inteligencia; reconócelo a él en todos sus caminos y él allanará tus senderos.**”



DANAYA *Acuña*

(+52) 826-129-2737

Danaya.inspiradesign.org



Si te interesa algún libro,

¡CONTACTAME!

Soy Colportora | EmprendUM

Tu mente es tu mayor RECURSO

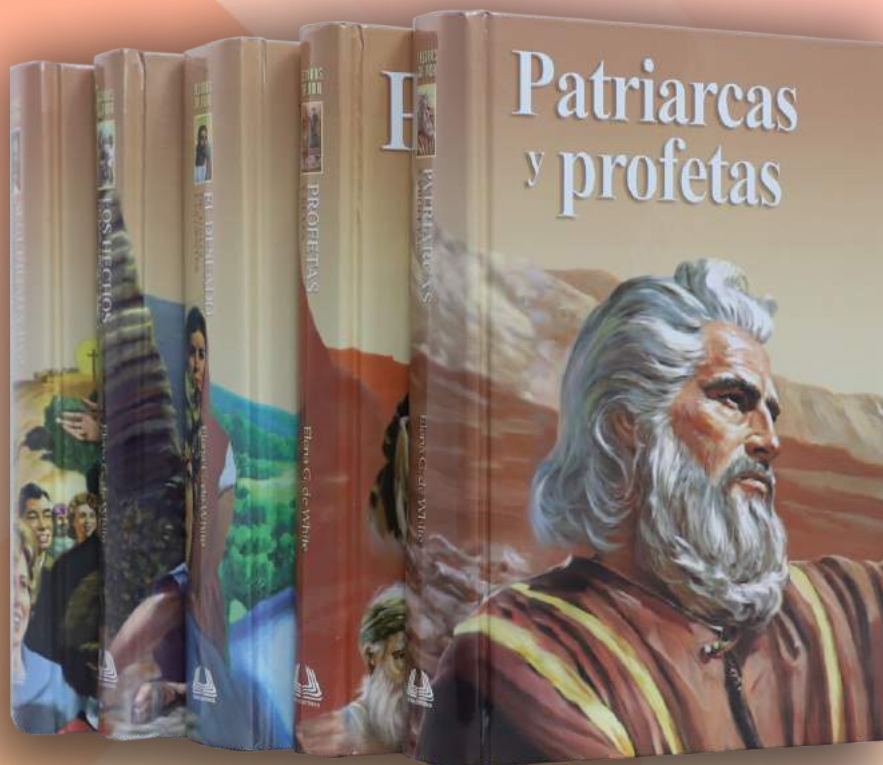
Ten cuidado con lo que PONES EN ELLA

DANAYA *Acuña*
Cópula / Layout/OL
(+52) 826-129-2737



¡Haz tu pedido!

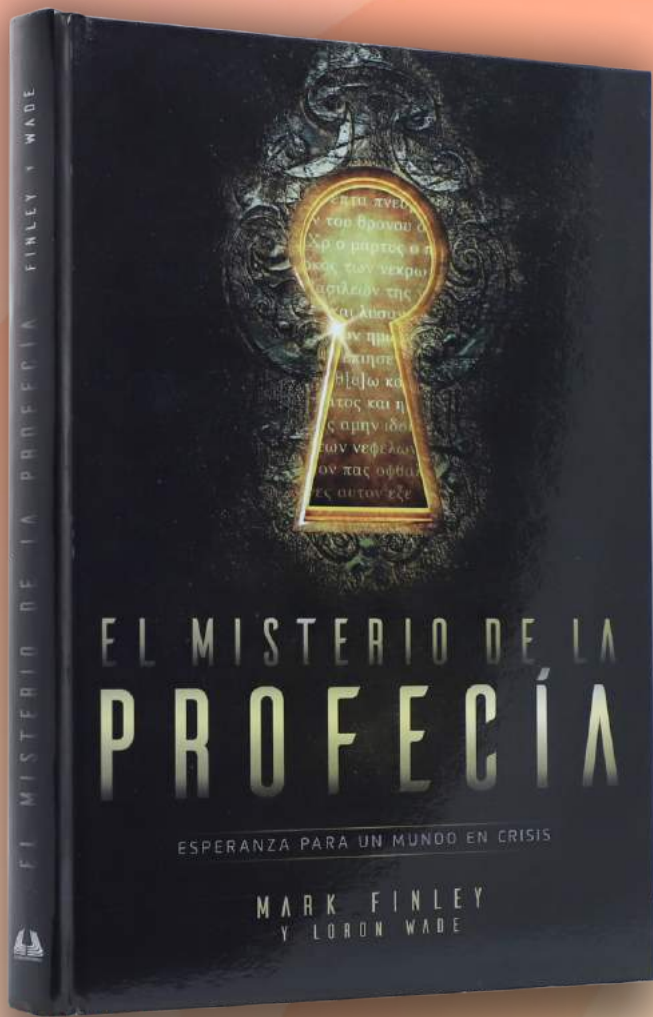

Compra
la verdad,
y no la vendas;
= La sabiduría, =
la enseñanza
y la inteligencia.



DANAYA *Acuña*
 (+52) 826-129-2737



¡Adquierela !

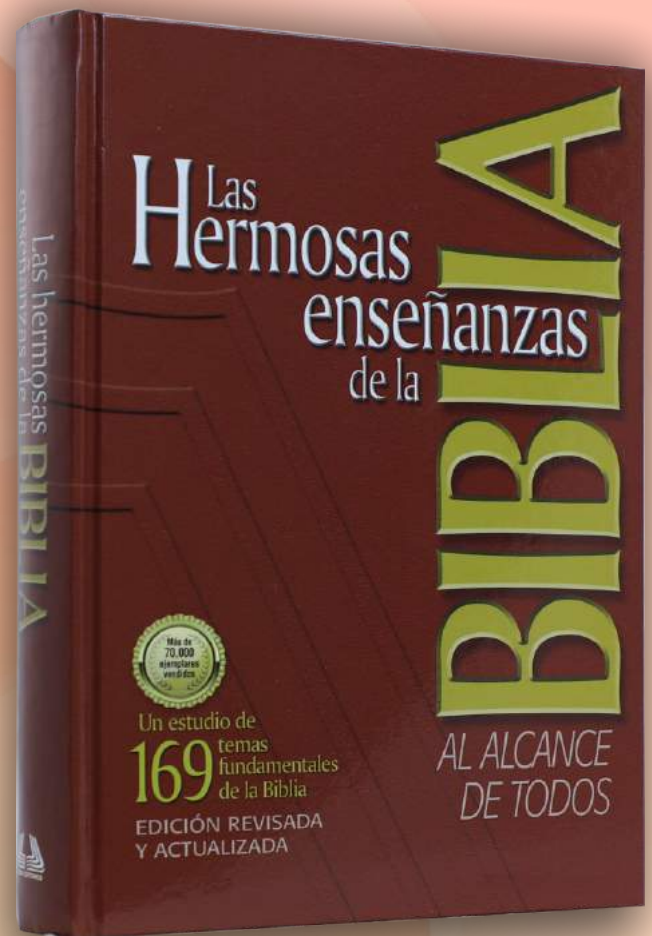


No
 menospreciéis las
PROFECÍAS

DANAYA *Acuña*
 (+52) 826-129-2737



Las normas de DIOS son rectas y alegran el corazón



DANAYA Acuña
Coperia | EmprendUM
(+52) 826-129-2737



¡Adquierela !