

Esta revista es de distribución libre y gratuita siempre que sea realizada en su totalidad y sin realizar ningún cambio en su contenido.

Esto significa que USTED PUEDE:

- Reenviárselo a todos sus amigos, o regalárselo a quien desee, por el medio que prefiera (email, Messenger, ICQ, impreso en papel, etc.).
- Autorizar a sus amigos a reenviarlo o regalarlo a quien ellos quieran.
- Enviarlo a través de un newsletter, lista de correos, foros, chat, Messenger, o por cualquier otro medio y a cualquier comunidad a la que pertenezca.
- Regalarlo a través de su sitio web ya sea con acceso libre, con registro previo, como regalo para nuevos suscriptores, como bonus para sus clientes, etc.



Recursos y servicios para ayudarte a vivir tu vida en plenitud: amor y pareja, cursos, pps y libros gratuitos, becas, humor, recursos anti-edad, empleo, finanzas personales, crecimiento personal, y mucho mas...

#009 Junio/15 - 2001

Distribuido a mas de 1.659.158 suscriptores.

## Contenido del nro 009

- Empecemos con una sonrisa:  
¡Exigimos el Día del Hombre!
- Editorial: Verse bien, es una frivolidad?
- Novedades del Sitio.
- Aclaración importante sobre consultas:
- Una caricia en el alma: El regalo de la vida
- Nota: Beneficios y riesgos de buscar información de salud en Internet
- Una carta especial. en vísperas de un día muy especial

## Datos administrativos

- Suscribirse / Eliminars
- Recibir en otra dirección
- Version resumida
- Home
- Editor
- Números anteriores
- Privacidad
- Publicidad
- Contacto
- Recordar datos

## Empecemos con una sonrisa Exigimos el día del hombre

¿Quién es el único que se atreve a comerse todo lo que le sirvan sin chistar?  
El abnegado hombre.

¿Quién levanta los pies cuando están haciendo aseo?  
El considerado hombre.

¿Quién es el que va vestido de negro al matrimonio?  
El estúpido hombre

¿Quién es el que se expone a una laringitis aguda por estar gritándola cada vez que llega a la casa?  
El dulce hombre.

¿Quién es el que se expone a una úlcera de la rabia, cuando al llegar a casa no encuentra el aseo hecho, la comida caliente, los niños cambiados, la ropa lavada y planchada, la cocina limpia, la Vanguardia en orden, los recibos de los servicios en la mesa y la mujer en rulos?  
El incomprendido hombre.

¿A quién es al que le toca exponerse a que lo roben o apuñalen en un bar de mala muerte y amanecer en un duro andén, cada vez que sale a esas sanas reuniones nocturnas con sus amigos, mientras la otra está dormidota en la camita bajo techo?  
Al desprotegido hombre.

¿Quién es el que a pesar del cansancio y el estrés, jamás podrá fingir un orgasmo?  
El sincero hombre.

¿A quién es el que le toca trabajar para pagar un montón de plata del recibo de la luz, porque la desconsiderada de la casa no hace sino planchar, aspirar, brillar y lavar, por lo menos nueve horas diarias?  
Al paganini del hombre.

¿A quién es el que se la montan cuando llega con colorete en la camisa?  
Al incomprendido hombre (¿acaso uno no puede tener un amigo que trabaje de payaso?).

¿Quién tiene que afeitarse todos los días?  
El pobre hombre... bueno, y la suegra.



### Becas:

Gana una beca de hasta 2000 euros para tus estudios  
Para conocer todos los requisitos y detalles de la convocatoria, haz [clic aquí](#)

¿Quién manda en la casa?

La suegra, la mujer, los cuñados, la empleada, el perro y hasta la vecina del abrumado hombre.

¿Quién es el que tiene que gastar considerables sumas de dinero en regalos para el Día de la Madre, la mujer, la secretaria, la amistad, San Valentín, Navidad, cumpleaños, aniversarios y demás fiestas inventadas por el hombre para satisfacer a la mujer?

Adivinen....

¿Quién nunca lleva la contraria, jamás pide que le repitan una pregunta, y se viste en menos de diez minutos?

El ágil hombre.

¿Quién llega inocente y puro al matrimonio?

Sin duda alguna, el hombre (nadie comete matrimonio con conocimiento de causa).

¿Quiénes están leyendo esto a escondidas para poderse reír, ya que si son sorprendidos se exponen a un severo garrotazo?

Los cohibidos hombres.

¿Quién tiene que aguantarse las típicas escenas de: ¡Ya no eres el mismo! ¿No me vas a salir esta noche con que estás cansado?, ¡Ese pelo no es mío!, ¡Me voy para donde mi mamá?

El resignado hombre.

La lista de razones que ratifican el derecho del hombre a tener un día especial para él (diferente al día del trabajo), es infinita.

Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a? Reenvialo ahora mismo a quien tu desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a: <http://cursos.enplenitud.com/boletin>

**Hay mucho mas humor haciendo clic aqui** <mailto:reenviosenplenitud@gmail.com>

\*\*\*\*\*

Quieres conseguir una beca de hasta 2000 euros para tus estudios?

Para conocer todos los detalles y requisitos de la convocatoria, visita <http://cursos.enplenitud.com/boletin>

\*\*\*\*\*

## Editorial:

### Verse bien, es una frivolidad?

Así lo pense durante mucho tiempo, y así parece pensarlo mucha gente que nos escribe.

Uno tiene sus motivos para pensar así: en épocas de crisis, cuando escasea el trabajo y la seguridad, parece absolutamente superfluo estar preocupándose por como nos vemos. Si tenemos problemas laborales, se complica el acceso a lo más básico: comida, salud y vivienda.

Como podemos perder tiempo ocupándonos de frivolidades?

En En Plenitud somos perfectamente conscientes de ello, y por eso tratamos permanentemente de buscar alternativas que puedan servir para solucionar, o paliar, esos problemas básicos.

Y sin embargo....

Aunque parezca raro, empecé a cambiar de opinión a partir de mi trabajo profesional en las llamadas villas miseria (la versión argentina de las favelas).

Hace muchos años, estuvo de moda en la Argentina mostrar imágenes de antenas de televisión en las villas miseria. Esto servía para poder decir: "claro, no tienen para comer pero televisión sí tienen".

Veámoslo al revés: no será que, aun en medio de la pobreza, en la vida siguen habiendo otras cosas, que no se limitan a la supervivencia? Obviamente que lo primero es comer todos los días.

Pero la pregunta es: se trata solo de sobrevivir?

No hay también otras cosas que tienen que ver con el sentirse bien con uno mismo?

CONTINUARA...

Y nos encantaría saber que opinan!!

P.D.: Sobre todo, si no están de acuerdo!! :-)

Para enviarnos su opinión, solo tiene que escribirnos haciendo Reply en este mail.

### Encuentra los cursos que estabas buscando:

- Artesanías y Manualidades
- Autoayuda
- Ciencias Alternativas
- Computación
- Comunicación
- Diseño Gráfico y Maquetación
- Gastronomía y cocina
- Hogar
- Humanidades
- Idiomas
- Marketing y ventas
- Medio ambiente
- Oposiciones
- Recursos humanos
- Salud
- Terapias alternativas
- Sexualidad

### Recomendados

- Aprende a ganar dinero haciendo que tu dinero trabaje para ti

Descripción:

Todos los cursos dictados por En Plenitud son online y gratuitos. Para ver todos los cursos disponibles, saber como funcionan e inscribirte, haz clic aquí.

Haz clic en el nombre del curso de tu interés, regístrate como miembro si aun no lo has hecho (recuerda que el hecho de que recibas este boletín no significa que estes registrado como miembro)... y comienza a disfrutar de nuestros cursos.

### Libro gratis

Todo sobre la Bolsa

En este libro digital que le ofrecemos hoy -sin costo alguno-, encontrará las claves necesarias para ganar dinero en la Bolsa y el mercado de acciones sin correr riesgos.

Para descargar el libro haz clic aquí

Colabora con nosotros y...

! Hazte conocer gratis!

- Envíanos tus notas o artículos sobre tu especialidad o área de interés para darte a conocer sin costo a las más de dos millones de personas que visitan En Plenitud todos los meses, a:

[envionotas@gmail.com](mailto:envionotas@gmail.com)

y con gusto nuestra redacción los considerará para su publicación (las notas pueden incluir tus datos de contacto y antecedentes profesionales, pero NO deben ser meramente promocionales y deben contener información de utilidad para el lector)

Nuevo!

Con más de cinco notas aceptadas para su publicación tiene también a su disposición una página personal gratis alojada en nuestro sitio.



**Haz valer tu opinión y gana dinero  
Puedes ganar un iPod de 60GB de Apple !!**

Si vives en los Estados Unidos, haz clic aquí para inscribirte o visita: <http://tinyurl.com/7ejn2>

Nota:

## La información sobre salud en Internet: ¿Cómo elige sus fuentes?

Cuando se trata del cuidado de la salud, la Internet es una bendición mixta. Ahora tenemos más información médica y de salud al alcance de nuestra mano, de la que jamás hubiéramos soñado posible hace unos pocos años. Podemos desmenuzar el conocimiento de nuestras enfermedades recogiendo los datos de fuentes de innumerables médicos sin entrar en una biblioteca médica, podemos buscar fuera opciones de tratamiento que nuestros proveedores del cuidado de la salud nunca hubieran considerado, y prepararnos preguntas sofisticadas para realizar en nuestra próxima visita del doctor. Podemos "chatear" (escribirnos en el momento con otra persona por Internet) desde casa con los médicos expertos renombrados, e incluso mirar un procedimiento quirúrgico realizándose en nuestras pantallas de la computadora antes de que nosotros lo experimentemos.

Pero la pura amplitud de información en el ciberespacio nos está sobrepasando. El discernimiento creíble de la información de temas de salud, puede ser a veces un desafío significativo, incluso para un ojo experimentado.

Lo que usted debe saber

No hay ninguna regla que vigile el tipo de información de salud que aparece en la Internet o quién la coloca allí. Por consiguiente, como consumidores de cuidado de la salud, debemos confiar en el sentido común, el juicio legítimo, y algunas pautas que podemos usar que nos ayuden a evaluar la calidad de información que encontramos en la salud y los sitios Web médicos. Aquí se dan algunas reglas generales:

Examine la fuente de información. ¿Quién produjo la información para usted? Verifique si el sitio informa su origen. Sea cauto con las fuentes anónimas de información. La fuente, ¿es una compañía está intentando vender un producto o servicio? ¿Es un individuo o grupo que promueve un punto de vista particular? Es probable que las fuentes más objetivas sean tanto las agencias gubernamentales, como los Institutos Nacionales de Salud; las instituciones académicas o médicas; y informes médicos y periódicos científicos o libros.

Lo importante:

Sea un comprador inteligente para la información en Internet del cuidado de su salud: confíe en el sentido común, y evalúe lo que usted ve cuidadosamente.

Consiga una segunda opinión. Verifique la información contraria a ese reporte a través de otras fuentes de información, como sitios de noticias, u otros. Consulte a su doctor y a otros profesionales si ellos están familiarizados con la información que usted encontró y qué opinión le merece.

Examine las citas. Verifique si la información se refiere a los expertos en el campo o a otros estudios médicos creíbles, como artículos, o trabajos.

Verifique la actualidad de la noticia. La salud y la información médica cambia rápidamente y frecuentemente. Controle cuándo fue anunciada la información. ¿Cuántos años tiene? ¿El sitio se pone al día regularmente?

La información, ¿es anterior al pensamiento más actual y los resultados científicos disponibles? Para averiguarlo, tendría que investigar otros sitios en la Web o ir a otras fuentes de información.

Tómese la prueba "demasiado bueno para ser verdad". Si la información parece increíble, probablemente lo sea. Algunos sitios, recomiendan las curas milagrosas prematuras para el cáncer y dolencias sin una evidencia válida o adecuada. Esté alerta ante los reportes sensacionalistas de información médica. Verifique con otras fuentes para sustentar los reclamos médicos cuestionables. Busque a través de los links (informaciones relacionadas).

Los sitios más honestos probablemente agreguen links a otras informaciones similares. Cuantos más hayan, mejor. Tenga cuidado con los sitios que se quedan con una sola investigación.

Tómese un respiro. Sea cauto ante cualquier sitio que lo inste a que tome una acción inmediata. No importa cuán bueno podría parecer un plan o un remedio, verifique la información con otras fuentes o consulte a un profesional de salud antes de actuar.

Para más información

El Periódico de la Asociación Médica Americana (JAMA)  
Healthfinder (buscador de salud)  
La asociación americana para el avance de la ciencia (AAAS)  
La administración de drogas y alimentos norteamericana (FDA)  
El Centro de Información de Salud nacional (Estados Unidos)



Descarga tu ringtone favorito

Top Ten Tonos Locos

- Movil avergonzado
- Filtro de basura movil
- Baby
- Cosas imposibles
- El hombre de tus sueños
- Soy yo, tu movil
- Perros contra gatos
- Llamada del diablo
- Señor presidente
- Idiota al telefono

# Programa de madrinas y padrinos

Ayudanos a lograr que la comunidad de los que queremos vivir la vida en plenitud se fortalezca día a día.

Apadrina (o amadrina :-)) a tus amigos, familiares y/o colegas, para que puedan acceder a todos nuestros contenidos y servicios en forma totalmente gratuita.

Envianos su email a: <mailto:padrinosenplenitud@gmail.com>

para enviarle, en forma personalizada, la ultima publicacion de En Plenitud y una invitacion a unirse a nuestra comunidad.

GRACIAS !!!

Conoce a las MADRINAS Y PADRINOS DESTACADOS de este número en la columna de la derecha.



## Ringtones, Logos y Juegos para tu Movil

Incorporamos una nueva sección, para que estes siempre al día con todas las novedades de nuestro nuevo servicio para teléfonos celulares y moviles.

- En estas fiestas, regala a tus amigos logos y melodías para sus moviles! Descargalos ahora en:
- Los nuevos juegos para tu movil.

### LO MAS DIVERTIDO PARA TU MOVIL

- Los mas divertidos videos

<http://tinyurl.com/9fvdt>

- Los mas originales smileys para tu Messenger (no los encontrarás en ningun otro sitio):

<http://tinyurl.com/99szb>

- NUEVO !

Ahora puedes tener tu foto personal en tu movil, en solo 3 clicks:

<http://tinyurl.com/awblb>

### MOVILES "HOT"

Por ultimo, si quieres "agregarle temperatura" a tu celular: Descarga ahora los ultimos tonos, logos y juegos "hot" en:

<http://tinyurl.com/9whde>

<http://tinyurl.com/bzlnw>

<http://enplenitud.melodias-logos-sexo.com>



Descarga tu ringtone favorito

Top Ten Tonos Locos

- Movil avergonzado
- Filtro de basura movil
- Baby
- Cosas imposibles
- El hombre de tus sueños
- Soy yo, tu movil
- Perros contra gatos
- Llamada del diablo
- Señor presidente
- Idiota al telefono

## Novedades en el Sitio:

No deje de visitarnos con regularidad ya que incorporamos de modo permanente novedades de sumo interés.

En este Boletín le sugerimos que lea:

### 1) El cabello a los 50:

todo lo que debe saber para parecer mas joven  
[clic aqui](#)

### 2) Noticias Económicas del Futuro

Para entender el futuro en clave (de humor).  
[clic aqui](#)

### 3) Aspectos a tener en cuenta

para iniciar un nuevo negocio o emprendimiento  
[clic aqui](#)

### 4) Durante el viaje, a estirar las piernas

Ante la inminencia de un viaje de varias horas de duración, es imprescindible estar prevenido y saber que eso de estirar las piernas es mucho mas que una frase de ocasión.  
[clic aqui](#)

### 5) El secreto de la longevidad

El águila es el ave más longeva, pues llega a vivir 70 años. Pero para llegar a esa edad, a los 40 debe tomar una seria y difícil decisión.  
[clic aqui](#)

### 6) Al encuentro de nuestro Guía Interior

A través de la meditación, accedemos a una verdadera brújula para nuestro viaje de transformación interior.  
[clic aqui](#)

\*\*\*\*\*

Quieres ganar un iPod de 60GB de Apple?  
Si vives en los Estados Unidos, haz valer tu opinion y !gana un iPod!!  
Inscríbete ahora en: <http://tinyurl.com/7ejn2>

\*\*\*\*\*

## Aclaración importante sobre consultas:

Para los que hacemos En Plenitud, es una cuestión de honor responder todas las consultas que nos llegan, y ello dentro de las 72 horas de recibidas.

Muchas veces ocurre que la respuesta enviada a la dirección de mail indicada por quien realizó la consulta nos es devuelta con un mensaje de error como "no existe esa cuenta en este servidor".

Si usted no recibe una respuesta a su consulta dentro de las 72 horas de enviada, POR FAVOR:

- Vuelva a ponerse en contacto con nosotros para que le podamos hacer llegar la respuesta a su consulta.
- Confirme que la dirección de respuesta que nos enviara sea la correcta.
- Chequee su cuenta de mail enviándose un mail a usted mismo. Si no lo recibe, póngase en contacto con su servidor.

## Una caricia en el alma:

### El regalo de la vida

El hombre que estaba tras el mostrador, miraba la calle distraídamente.  
Una niña se aproximó al negocio y apretó la naricita contra el vidrio . Sus ojos de color del cielo brillaban cuando vio un determinado objeto.  
Entró en el negocio y pidió ver el collar de turquesa azul.  
"Es para mi hermana. ¿Puede hacer un paquete bien bonito?" .-  
El dueño del negocio miró desconfiado a la niña y le preguntó:  
Cuánto dinero tienes?  
Sin dudar, ella sacó del bolsillo un pañuelo todo atadito y fue deshaciendo los nudos.  
Los colocó sobre el mostrador y dijo feliz:  
"¿Esto alcanza?".  
Eran apenas algunas monedas que ella exhibía orgullosa.  
"Sabe, quiero darle este regalo a mi hermana mayor. Desde que murió nuestra madre, ella cuida de nosotros y no tiene tiempo para ella... hoy es su cumpleaños y estoy segura que le encantará... es del color de sus ojos".  
El hombre fue a la trastienda, colocó el collar en un estuche, lo envolvió con un vistoso papel rojo e hizo un hermoso lazo con una cinta verde.  
"Tome, dijo a la niña. Llévelo con cuidado".  
Ella salió feliz corriendo y saltando calle abajo.  
Aún no acababa el día, cuando una linda joven de cabellos rubios y maravillosos ojos azules entró en el negocio.  
Colocó sobre el mostrador el ya conocido envoltorio deshecho e indagó: ¿Este collar fue comprado aquí? "Sí señora".  
"¿Y cuánto costó? "Ah!", - habló el dueño del negocio.  
"El precio de cualquier producto de mi tienda es siempre un asunto confidencial entre el vendedor y el cliente" ...  
La joven continuó:  
"Pero mi hermana tenía solamente algunas monedas. El collar es verdadero, ¿no? Ella no tendría dinero para pagarlo".  
El hombre tomó el estuche, rehizo el envoltorio con extremo cariño, colocó la cinta y lo devolvió a la joven y dijo :  
"Ella pagó el precio más alto que cualquier persona puede pagar " ELLA DIO TODO LO QUE TENÍA".

### Nuestros Servicios

- Consigue pareja
- Pasion
- Horoscopo gratis
- Clasificados gratis
- Postales gratis
- Chat
- Foros

### Regalos y sorpresas

Las mejores ofertas y descuentos para los miembros de EnPlenitud  
Si no funciona el link de arriba, visita:

<http://tinyurl.com/o54nx>

## Disfrute de una Experiencia Apasionante: FOROS !!

Ha usado un Foro ?

Ha leído los comentarios y aportes del resto de los miembros de la comunidad allí?

Tenemos una sugerencia para hacerle:

Generalmente en Internet las noticias y notas las producen periodistas y otros especialistas en cada materia, pero SIEMPRE los comentarios más ingeniosos, agradables e interesantes los produce la propia gente.

Y el ámbito donde todos los miembros de la comunidad pueden iniciar debates, enterarse de las opiniones de otros y compartir sus puntos de vista es el ámbito especial de los FOROS.

Lo invitamos a que los visite y mejor aún, que se de de alta en los mismos con el nombre que quiera (nick) y participe activamente de los mismos.

Si tiene dudas, pregúntenos lo que quiera a:  
[foros@enplenitud.com](mailto:foros@enplenitud.com)

Para visitar los Foros, directamente en:  
<http://www.enplenitud.com/cgi-bin/ultimate.cgi>

Y no se pierda los debates, ideas y comentarios que la gente más inteligente de la red intercambia de modo frecuente y activo.

**NOTA IMPORTANTE:** recuerde que para participar en los FOROS debe inscribirse en la pagina de los foros, donde seleccionará un nombre de usuario y un password.

## Saludos Finales:

No olvide participar en los Foros

(allí se gestan las mejores amistades), obtener su propia cuenta de email o de aprovechar todos nuestros Servicios (Avisos Clasificados, Buscar Gente y las consultas a nuestros especialistas).

Descontamos recorrer juntos este camino para mejorar nuestras vidas en la etapa más importante y rica para vivirlas.

Les saluda,

Dr. Daniel Gueller

Director

<http://www.enplenitud.com>

## Recomendados

Aprende a ganar dinero haciendo que tu dinero trabaje para ti

## Becas



Quieres conseguir una beca de hasta 2000 euros para tus estudios...

y además ganarte una Play Station?

Para conocer todos los detalles y requisitos de la convocatoria, visita <http://cursos.enplenitud.com/boletin>

Todas las opiniones y artículos recogidos en este Newsletter pertenecen exclusivamente a sus respectivos autores, y son publicados a efectos meramente informativos, al igual que las ofertas laborales y de servicios, que son de exclusiva responsabilidad de quienes las formulan. Este correo-e es enviado únicamente a quienes se han suscrito voluntariamente al mismo.

EnPlenitud.com no realiza envíos no solicitados de correo-e, y nuestra política de privacidad no admite la comercialización de los datos de nuestros suscriptores.

### Datos del Editor:

El Dr. Daniel Gueller, CEO de Latin Seniors, es el responsable de la edición.

Tiene 43 años, una esposa y tres hijos :-)

Aparte de eso, tiene un master en la Universidad de Paris VIII y estudios doctorales en la Sorbona en el campo de los estudios interdisciplinarios de la sociedad.

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.com/> 2001-2005

Prohibida su reproducción total o parcial sin autorización escrita del Editor