

**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:**

- Reenvíarselo a todos sus amigos, o regalárselo a quien deseé, 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 más...

#0055 Ago/28 / 03

Distribuido a más de 1.760.232 suscriptores.

## Contenido

- » **Empecemos con una sonrisa** Nuevas definiciones de la Real Academia
- » **Comunidad** El club, Programa de padres, Cursos
- » **Tema destacado de hoy:** Consejos sencillos para combatir la celulitis
- » **Especial para miembros de En Plenitud** Curso de la American Management Association
- » **Imperdibles** Entérate ahora y no te quedes afuera !!
- » **Una caricia en el alma:** Hacer el amor
- » **Secretos para navegar como un experto** ¿Para qué sirve la tecla WinKey?

## La frase

"La política es el arte de buscar problemas, encontrarlos, hacer un diagnóstico falso y aplicar después los remedios equivocados."  
(Groucho Marx)

## Empecemos con una sonrisa: Nuevas definiciones de la Real Academia

AMOR: Enfermedad temporal que se cura con el matrimonio. Palabra de cuatro letras, dos consonantes, dos vocales y dos idiotas.

BAILAR: Es la frustración vertical de un deseo horizontal.

CEREBRO: Órgano que sirve para que pensemos que pensamos.

BOY SCOUT: Un niño vestido de estúpido comandado por un verdadero estúpido vestido de niño.

DOLOR DE CABEZA: Anticonceptivo más usado por la mujer de estos tiempos

EXAMEN ORAL: Prueba para conseguir una beca en la Casa Blanca.

BUSTO: Estatua de un hombre sin manos, o parte de las mujeres donde están las manos del hombre.

CANDIDATO: Persona que obtiene dinero de los ricos y votos de los pobres para protegerlos a unos de los otros.

LENGUA: Órgano sexual que algunos degenerados usan para hablar.

CONFIANZA: Vía libre que se le da a una persona para que cometa una serie de abusos.

CURA: Persona a la que todo el mundo lo llama Padre, con excepción de sus hijos, que lo llaman tío.

DIPLOMACIA: Arte de decir "lindo perrito", hasta encontrar una piedra para tirársela.

FACIL: Dícese de la mujer que tiene la moral sexual de un hombre.

GINECOLOGO: Especialista que trabaja en el lugar donde otros se divierten.

HEROE: Individuo que, a diferencia del resto, no pudo salir corriendo.

## Datos administrativos

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



## Becas:

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

**HOMBRE:** Ser masculino que durante sus primeros nueve meses de vida quiere salir de un lugar al que intenta entrar el resto de su vida.

**INDIFERENCIA:** Actitud que adopta una mujer hacia un hombre que no le interesa, que es interpretada por el hombre como "se está haciendo la difícil"

**INTELECTUAL:** Individuo capaz de pensar por más de dos horas en algo que no sea sexo.

**MODESTIA:** Reconocer que uno es perfecto, pero sin decírselo a nadie.

**NINFOMANA:** Término con el cual un hombre define a una mujer que desea tener sexo más a menudo que él.

**OMBLIGO:** Especie de timbre que exhiben las mujeres, generalmente en verano y primavera, pero que si lo tocas te atiende el novio.

**SUPERMODELOS:** Evidencia de que todos los demás estamos mal hechos.

**TRABAJO EN EQUIPO:** Posibilidad de echarle la culpa a otros.

Enviado por Martha. ¡ Muchas gracias !

**Hay mucho más humor en:**

<http://www.enplenitud.com/areas.asp?areaid=39>

**¿Te gustó?, ¿Quieres compartirlo?**

Reenvíalo ahora mismo a quien tú deseas, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a: [reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

## Comunidad

### Club En Plenitud

Continúan las actividades en Buenos Aires, Bogotá, Cali, Caracas, Córdoba, Lima, Guadalajara, León, México D.F., Montevideo, Puebla, y Santiago de Chile, están en plena actividad los clubes de España y República Dominicana...

¡¡ Y esto es sólo el comienzo !!

**Entérate ahora de las próximas actividades, mira las fotos y lee los comentarios sobre las actividades pasadas en:**

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=3124>

#### MANTENTE INFORMADO

Para estar informado de todas las actividades y mantener contacto habitual con tus nuevos amigos, te sugerimos suscribirte a la lista de correo del club de tu país (si no sabes cómo funciona una lista de correos, lee nuestra nota

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=4508>

**Si no deseas suscribirte a la lista de correo del club de tu país, encontrarás todos los detalles sobre las actividades en:**

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=3124>

## Programa de madrinas y padrinos

Ayúdanos 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.

**Envíanos su email, nombre y apellido a: [padrinos@enplenitud.com](mailto:padrinos@enplenitud.com)**

para enviarle, en forma personalizada, la última publicación de En Plenitud y una invitación a unirse a nuestra comunidad.

GRACIAS !!!

#### MADRINAS Y PADRINOS DESTACADOS de este número (en orden "de llegada"):

- Viviana Gelabert, Luis Ramos, Juan Ycaza, Jeny Núñez, Cristina Bras
- Karina Frediani, Laura Zeoeda, Liliana Sensual, Juan Yakich, Rossie A.
- Betty Calderón, David Duarte, Juan Ayalde, Eva Alfaro, Belky Gil
- Silvana Fadelli, Jorge Alberto, Claudia Sánchez, Cecilia Mugica
- Francisco De Freitas, Sauren Sagot, Angela Paz, Víctor Coloma, Maite
- Salvador Castro, Armando Rojas, Ana González, Angeles Meza, Caridad

## 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 aún no lo has hecho (recuerda que el hecho de que recibas este boletín no significa que estés registrado como miembro)... y comienza a disfrutar de nuestros cursos.

- Alicia Bentos, Rúben Solano, Nicolás Mercado, Cruz Herrera, Nilo H.
- Ali Marquina, Silvia Correa, Aracely Domínguez, Arline Sovalbarro
- Cecilia Pinto, Liliana Carvajal, Gladys Fernández, Sonia Cera
- Hermenegildo Hernández, Diosalina Nava, Carmina Daz, Margot Contesse
- Vilma Padilla, Lourdes Silva, Adriana Hernández, Maf Mar

A todos ellos, muchas gracias !!

## Cursos online

**INSCRIBETE AHORA EN FORMA GRATUITA !!**

<http://www.enplenitud.com/cursos>

**Nuevos cursos:**

Lectura no verbal del rostro, Prevención del hostigamiento sexual en el trabajo, Ayurveda, Cambie su actitud

!! IMPORTANTE !!

Si desea comunicarse con nosotros respecto a los cursos, por favor no haga Reply en este mail (es decir, no responda a él) pues no nos llegará su mensaje.

Para saber qué cursos están disponibles, cómo funcionan e inscribirte, visita:

<http://www.enplenitud.com/cursos>

**Cursos en preparación:**

Huerta orgánica, Costura, Cocina mexicana, Cocina vegetariana, Serigrafía, Cocina afrodisíaca

INVITA A TUS AMIGOS !!

**Porque estudiar de a dos o más es más divertido, envíales una tarjeta de invitación:**

<http://www.enplenitud.com/mandapostal.asp?id=258>

**¿QUIERES DICTAR UN CURSO?**

Envíanos tu propuesta a: [profesores@enplenitud.com](mailto:profesores@enplenitud.com)

## Nota destacada:

### Consejos sencillos para combatir la celulitis

A primera vista, parecería ser muy complicado combatir la celulitis, pero lo cierto es que conociendo algunos sencillos secretos, esto podría ser efectivamente logrado. Aquí te los presentamos.

Frote el área afectada con una toallita embebida en café tibio, y luego envuelva el área por unos pocos minutos con un plástico antes de limpiarla.

También, frote su cuerpo con sales de Epson mientras se encuentra en la ducha, para ayudar a remover la celulitis.

Cepillar en seco la piel no sólo brinda una muy satisfactoria sensación, sino que además ayuda a quitar las toxinas del cuerpo, mejorar la circulación sanguínea, la tonificación muscular, y, finalmente, combate la celulitis.

Mezcle un aceite base con aceite de coriandro, tomillo, Wintergreen (salicilato de metilo), o zanahoria, y use esta combinación para masajear el área afectada por la celulitis.

Trate de agacharse continuamente para ejercitarse el área con celulitis.

Cierto es que la mayoría de nosotras se agacha continuamente, pero existe un segundo paso, en donde sería necesario, mientras está agachada, moverse de lado a lado, colocando todo su peso en una pierna y luego en la otra.

Agregue una pequeña cantidad de proteínas en cada comida, especialmente si lleva una dieta vegetariana u ovolactovegetariana.

**Encontrarás mucha más información para verte bien en:**

<http://www.enplenitud.com/areas.ASP?areaid=6>

**¿Te gustó esta nota?, ¿Quieres que tu pareja la lea para que al fin se entere?**

Reenvíala ahora mismo a quién tú deseas, o envíanos su e-mail Para que lo hagamos en tu nombre a: [reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

## Libro gratis

### Todo sobre la Bolsa

En este libro digital que le ofrecemos hoy -sin costo alguno-, encontrarás 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!

- Envianos 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 considera 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>

# Upgrade en Management: Una Lista de Lujo

Estamos desarrollando una experiencia que ha superado nuestras expectativas.

Como sabrán este Newsletter es parte de una comunidad de propietarios que se llama "Novedades en Red" y que reúne Boletines de quince países.

Uno de nuestros socios (PSP USA Corp, del Newsletter NE&P), ha logrado un convenio con la prestigiosa Revista MERCADO (de Argentina), representante regional de la AMA (American Management Association).

Gracias al mismo y por extensión de este convenio, quienes formamos parte de este emprendimiento podemos ahora hacer extensivo a nuestros suscriptores la posibilidad de que participen en el Curso "on line" de UPGRADE EN MANAGEMENT.

Es la primera vez que se dicta en CASTELLANO (tanto el contenido, como los Foros, Listas, Bibliografía y tutores).

Se sorprenderá de saber que entre inscriptos y pendientes de inscripción, hasta el momento hemos reunido un grupo de casi 100 participantes de QUINCE (9) PAISES, todos ellos gerentes, consultores, académicos o empresarios de gran nivel, lo que nos asegura estupendas oportunidades para el intercambio de conocimientos, experiencias y negocios.

Nuestro grupo SE SUMA a los más de 200 participantes que ya están tomando el Curso desde el año pasado, por lo que el grupo total es por demás promisorio.

Pero, le brindo un rápido detalle de algunos los suscriptores que ya nos hemos embarcado en este Curso (o que están completando sus trámites de inscripción en estos momentos).

Le hago notar que la mayoría corresponde a los rubros de minería, petróleo, comunicaciones, consultoría, marketing, informática, construcción, recursos humanos, comercialización.

---

Jorge Dighiero, Argentina, Netafim Argentina  
Oswaldo Salinas Bustamante, Perú, Salinas & Casaretto Agentes Aduana.

Julio Vilca Durand, Perú, Doe Run S.A.

Ivar Hernán Rojas de U, Bolivia, Petrosur Bolivia

Sandra Artigas, Uruguay, Consultoría en Mejora de Gestión

Lucio Wong Kwok, Perú, Volvo Perú S.A.

Tomas Casanovas Martínez, España, Open Learning Spain S.A.

Carinna Bálsamo Scioscia, Uruguay, Conatel S.A.

Aristides Eguigurems, Honduras, Ingeniería Eléctrica

Pastor Cruz, Bolivia, Minera Inti Raymi S.A.

Jose Luis Giménez, Argentina, Ceride (CONICET) - Fundación Vintec

Gerardo Antonio Jiménez Vallejo, Colombia, Classe7 Gerencial S.A

Marta Sánchez Chacón, Chile, ACE Chile Consultores

Ernesto Montiel, Argentina, Química Montpellier S.A.

Benedicto Viveros, Argentina, Minera Aguilar S.A.

Luis Alejandro Fadda, Argentina, ERNST & YOUNG / CORDOBA

Jose María Vicedo Mendiola, España, VS Planning System

Marcelo José Rodríguez Vallejo, Ecuador, Acería Nacionales del Ecuador (ANDEC)

Jorge Arce, Argentina, IBM Argentina

Ivanka A. Tarquino La Fuente, Bolivia, Grupo Kantutani

Fernando D. Adyude, Argentina, NICE SALUD

Alvaro Gumucio Mariscal, Bolivia, Consult Informática

Daniel Kripicer, Argentina, Paloutel Argentina

Marcelo del Llano, España, Canal Property

Alejandro Alferez Meza, Perú

Gustavo Marchisone, Argentina, Repsol-Ypf

Gustavo Andres Gil, Argentina, Universidad de Salta

José Gabriel Rodriguez, Argentina, Rodriguez & Asoc. - Abogados

Patricia Monasterio, Argentina, VENTOR S. A.

Para quienes no están al tanto de esto, brevemente les recuerdo:

2) Qué es la AMA ?

La American Management Association es la organización líder en Management a nivel global.

Fundada en 1923, tiene su sede en la ciudad de Nueva York y subsedes en las principales ciudades de EE.UU., Europa y Asia.

La AMA provee a sus miembros Conferencias, Seminarios, Bibliografía, Artículos y una amplia gama de servicios vinculados a su objeto. Cuenta con 80.000 miembros corporativos y más de 200.000 miembros individuales en todo el mundo.

3) En qué consiste el Curso ?

El "Upgrade en Management" está considerado como uno de los cursos más completos, sólidos y requeridos de la AMA.

El Curso está orientado a la actualización de conocimientos en las Areas de:

\*\*\*\*\*

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>

\*\*\*\*\*

- Management
- Marketing y Ventas
- Recursos Humanos
- Finanzas y Contabilidad
- Producción y Compras
- Information Technology.

Está compuesto por un total de dieciocho (18) módulos por primera vez, totalmente en CASTELLANO. Podrá utilizar el servicio de TUTORES para evacuar cualquier duda y acceder a FOROS ESPECIALIZADOS para intercambiar valiosa información con 200 ejecutivos de más de 15 países que cursan actualmente el Programa.

Presentando la Monografía final recibirá un CERTIFICADO INTERNACIONAL de AMA (American Management Association). Un certificado internacionalmente reconocido y capaz de potenciar el valor de cualquier currículum para un profesional, académico, consultor o gerente de línea.

**Le sugerimos consultar los datos completos (docentes, títulos, temas, contenidos, precios) de este Curso en: [http://www.psp-sa.com/Col\\_02-Mana.htm](http://www.psp-sa.com/Col_02-Mana.htm)**

**NOTA:** Recuerde usar el CODIGO ENPLEN en caso que se inscriba

Esta es una experiencia FASCINANTE !! y lo más valioso, como siempre, son los "networks" que aquí se generan, le sugiero que NO SE LA PIERDA.

**NO PUEDE DECIR QUE NO LE AVISAMOS CON TIEMPO !!**

Encontrará todos los datos (docentes, títulos, temas, contenidos, precios) de este Curso en:

[http://www.psp-sa.com/Col\\_02-Mana.htm](http://www.psp-sa.com/Col_02-Mana.htm)

**NOTA:** Recuerde usar el CODIGO ENPLEN en caso que se inscriba

## Imperdibles

### Novedades en el sitio

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

**En este Boletín te sugerimos que leas:**

1) Orgasmos múltiples, ¿realidad o leyenda?

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=4743>

2) Informe Astrológico: Agosto-Septiembre 2003

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=4642>

3) Di adiós al estrés... y a las arrugas

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=4707>

4) Test de Homero Simpson

Comprueba si eres más o menos inteligente que Homero

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=4684>

5) Cómo aumentar la Creatividad

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=4636>

6) El delicado arte de manejarse en la oficina

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=4666>

7) ¿La leche chocolatada saca músculos?

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=4664>

8) Cómo permanecer joven

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=4653>

9) Soluciones naturales para la fertilidad masculina

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=4633>

Usuarios de HOTMAIL: Si tiene problemas para abrir los links, por favor vea al final del boletín

Usuarios de AOL: Ver los links al final del boletín



## 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 teléfono

## LAS COLABORACIONES SON BIENVENIDAS !!

ENVIANOS tus notas, cuentos, poesías, recuerdos personales, relatos de viaje o lo que te interese que publiquemos !!!

Sólo tienes que escribirnos a: [redaccion@enplenitud.com](mailto:redaccion@enplenitud.com)

### ¿Te gustaron estas notas?, ¿Quieres compartirlas?

Reenvíala ahora mismo a quién tú deseas, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a: [reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

## Una caricia en el alma:

### Hacer el amor

HACER EL AMOR ES...

Cuando pones la mano en su hombro, frente a la cama de tu hijo y le dices "No te preocupes, te amo".

Cuando ven salir juntos el sol, y con cada amanecer sienten renovado ese amor que nació con un "te amo".

Cuando tienen problemas económicos, los enfrentan juntos y aún en la diversidad le dices "no te preocupes, te amo".

Cuando al llegar a casa del trabajo sientes el confortable abrazo y el dulce beso de esa persona que con un "te amo" acelera tu pulso y sientes que el corazón te late mas aprisa.

Cuando en la madrugada sienten la preocupación por el hijo que no ha llegado y en la cama sientes una voz que dice "no te preocupes, te amo".

Cuando van a tener un hijo y en el momento del parto sientes sus manos y su voz que te dice "te amo".

Cuando ven crecer juntos a sus hijos y a tu lado sientes la misma voz que hace años te enamoró con un "te amo".

Hacer el amor es caminar juntos en la vida, superando los obstáculos que la misma vida les pueda presentar, es crecer juntos espiritual e intelectualmente, evolucionar unidos, fortalecer los lazos en común con esos pequeños detalles que algunas veces nos parecen tontos e insignificantes, pero que sin embargo son tan importantes para evitar la rutina que es la más cruel enemiga del amor.

Cuando te sientes triste, cuando te sientes feliz, cuando te sientes deprimido, cuando te sientes enfermo, cuando te sientes sano y siempre sientes a esa persona a tu lado, diciéndole tu "te amo" y ella respondiendo "yo te amo mas"... en esos momentos puedes decir "he hecho el amor".

Hacer el amor es llegar al final de tu vida al lado de esa persona que hace años te conquistó y que te ha hecho sentir el ser mas feliz y dichoso sobre la tierra.

Enviado por Jorge. ii Muchas gracias !!

**Envíanos tu colaboración a: [redaccion@enplenitud.com](mailto:redaccion@enplenitud.com)**

**Más pensamientos y reflexiones para hacer la vida más fácil en:**

<http://www.enplenitud.com/areas.ASP?areaid=8>

### ¿Te gustó?, ¿Quieres compartirlo?

Reenvíalo ahora mismo a quién tú deseas, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a: [reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

## Secretos para navegar como un experto:

### ¿Para qué sirve la tecla WinKey?

Todos nos hemos preguntado alguna vez para qué sirve la tecla con el logo de Microsoft Windows que se encuentra en nuestro teclado.

Movidos por un irrefrenable impulso de investigación, lo apretamos y vimos que de ese modo se abre el menú de Inicio... ¿pero será solo para eso que el buen amigo Bill lo ha puesto allí?

¡ Pues no !

También sirve como atajo para realizar ciertas acciones... ¡ algunas de las cuales hasta son útiles !

WinKey+D: Muestra/Esconde el Escritorio

WinKey+E: Abre el Explorador de Windows (esta sí que es útil)

WinKey+F: Buscar: Todos los archivos

WinKey+Ctrl+F: Buscar: PC

WinKey+F1: Abre la Ayuda de Windows

## Nuestros Servicios

- Consigue pareja
- Pasión
- Horóscopo 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>

\*\*\*\*\*

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>

\*\*\*\*\*

WinKey+M: Minimiza todas las ventanas abiertas (esta también te servirá con frecuencia)

WinKey+Pause: Abre las Propiedad del Sistema

WinKey+R: Abre el cuadro de diálogo Ejecutar

WinKey+Shift+M: Deshace lo que hizo WinKey+M

WinKey+Tab: Recorre los botones de programas en ejecución que se encuentran en la barra de tareas

Por último, recuerda:

ii Todos los expertos fueron novatos alguna vez !!

**Envíanos tu secreto a: [redaccion@enplenitud.com](mailto:redaccion@enplenitud.com)**

**Más tips y consejos para hacer tu relación con la PC más fácil en:**

**<http://www.enplenitud.com/areas.asp?areaid=40>**

**¿Te gustó? ¿Quieres compartirlo?**

Reenvíalo ahora mismo a quién tú deseas, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

**[reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)**

## 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/>**

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 44 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 estudio interdisciplinarios de la sociedad.

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. **<http://www.enplenitud.com/>** 2001-2006

Esta permitido el libre reenvío de esta revista mientras la misma se realice sin cambios.

Se autoriza su reproducción total o parcial con mención de la fuente e inclusión de un link activo hacia **<http://www.enplenitud.com/>**