

**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 más...

#0062 Dic/18/03

Distribuido a más de 1.760.232 suscriptores.

## Contenido

- » **Imperdibles** ii Entérate ahora y no te quedes afuera !!
- » **Empecemos con una sonrisa** Test de fútbol para mujeres... y algunos hombres
- » **Un regalo "atrasado"** Haz clic aquí
- » **Tema destacado de hoy:** Diez ejercicios para la oficina, parte II
- » **Una caricia en el alma:** ¿Cuántos años tienes?
- » **Secretos para navegar como un experto** ¿Quién es el verdadero remitente de un email?
- » **Comunidad** El club, Programa de padrinos, Cursos

## La frase

"Si no te equivocas de vez en cuando, es que no lo intentas"  
(Woody Allen, enviado por Graciela)

## 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) Feng Shui del sexo  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=5136>
- 2) La astrología de las finanzas  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=5075>
- 3) Un spa en su propio hogar  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=5129>
- 4) Cuerpos perfectos... ¿Mujeres perfectas?  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=5103>
- 5) A mayor edad... ¿menos memoria?  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=5092>
- 6) Sexualidad tántrica  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=5091>
- 7) Cómo ser un líder  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=5069>
- 8) Películas para mejorar su vida sexual  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=5063>
- 9) Qué ponerse en una primera cita  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=5062>
- 10) Cómo convivir con un jefe más joven  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=5060>

## Datos administrativos

- Suscribirse / Eliminarsé
- Recibir en otra dirección
- Version 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](#)**

## Usuarios de AOL: Ver los links al final del boletín

Si tiene dificultades para abrir los links (sobre todo si es usuario de Hotmail), haga lo siguiente:

- 1) Seleccione todo el link de la nota (comenzando con http://) y cópielo. Para copiar: Haga clic en la parte de arriba de la pantalla en Edición (o "Edit") y luego en Copiar (o "Copy")
- 2) Haga clic en la barra de direcciones (donde está la dirección de esta página web, por ejemplo http://www.hotmail.com) y borre todo lo que encuentre allí.
- 3) O, si recibió el boletín en el Outlook, abra su navegador (IE o Netscape)
- 4) Pegue la dirección y apriete la tecla Enter de su teclado. Para pegar: Haga clic nuevamente a Edición ("Edit") y luego en Pegar ("Paste")
- 5) Si le da continuamente una página de error, apriete la tecla F5 de su teclado.

## 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?

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

## Empecemos con una sonrisa:

# Test de fútbol para mujeres... y algunos hombres

1. Lateral izquierdo de la selección brasileña:  
a)  Roberto Carlos b)  Erasmo Carlos c)  Santana Carlos

2. Atacante de Holanda:  
a)  Cocu b)  Mangu c)  Platanu

3. Atacante de Chile:  
a)  Salas b)  Cocinas c)  Comedores

4. Mediocampo de Francia:  
a)  Zidane b)  Zidoy c)  Zidieron

5. Atacante da Croacia:  
a)  Boban b)  Tontan c)  Idiotan

6. Jugador de España:  
a)  Amor b)  Pasión c)  Ternura

7. Atacante da Argentina:  
a)  Crespo b)  Lacio c)  Ondulado

9. Jugador de Paraguay:  
a)  Enciso b)  Preciso c)  Indeciso

10. Lateral derecho de Brasil:  
a)  Cafú b)  Tofú c)  Sifú

11. Mediocampista de Holanda:  
a)  Winter b)  Summer c)  Spring

12. Jugador de Austria:  
a)  Schopp b)  Scerveja c)  Stequila

13. Capitán de España:  
a)  Hierro b)  Cobre c)  Manganeseo

14. Golero de Camerún:  
a)  Songo b)  Mongo c)  Gongo

15. Jugador de Paraguay:  
a)  Caniza b)  Ceniza c)  Camisa

16. Jugador de Paraguay:  
a)  Sarabia b)  Sirak c)  Semiratos Sarabes Sunidos

17. Atacante de Yugoslavia  
a)  Mijatovic b)  Peidatovic c)  Cagatovic

18. Centroatacante de Argentina:  
a)  Batistuta b)  Prostituta c)  Batuta

## Encuentra los cursos que estabas buscando:

- Artesanias y Manualidades
- Autoayuda
- Ciencias Alternativas
- Computación
- Comunicación
- Diseño Grafico 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

### Descripcion:

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

Haz clic en el nombre del curso de tu interes, 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.

19. Golero suplente de Francia:  
a( ) Lamas b( ) Escupas c( ) Chupas

20. Atacante de España:  
a( ) Kiko b( ) Chavo c( ) Chilindrina

21. Delantero de Argentina  
a( ) Delgado b( ) Flaco c( ) Escuálido

22. Delantero de Bolivia  
a( ) Botero b( ) Barquero c( ) Yatero

23. Atacante de Perú  
a( ) Pizarro b( ) Pizarrón c( ) Pizarra

24. Delantero de Brasil  
a( ) Kaká b( ) Bostá c( ) Mierdá

25. Delantero de Argentina  
a( ) Palermo b( ) Recoleta c( ) Puerto Madero

26. Volante de contención de Brasil  
a( ) Emerson b( ) Lake c( ) Palmer

27. Delantero de Argentina  
a( ) Piojo López b( ) Pulga López c( ) Garrapata López

### Resultados

Si elegiste la opción "a" para todas las preguntas, definitivamente NO eres Mujer.

Si escogiste entre 1 y 5 opciones "b" y ninguna opción "c", seguro conoces todas las variedades de la muñeca Barbie

Si escogiste una o más opciones "c" deja de mirar telenovelas, pintarte las uñas y dedícale más tiempo a FOX Sports, ESPN, ESPN+, TyC, etc.

Enviado por Liliana. ¡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 desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

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

## Un regalo atrasado

Hace un par de semanas, enviamos un mensaje especial comentando que muchas personas nos escribían porque, además de nuestros cursos gratuitos, estaban interesados en cursos en variadas áreas del conocimiento que se ofrecen en el Internet y que no acceden a ellos por temor a ser estafados (práctica común en Internet), que el curso sea de mala calidad, o que no conozcan si la empresa que lo promueve es una empresa seria o no.

Por ello, habíamos decidido comenzar a buscar cursos que se caractericen por unos altos estándares de calidad, profesionalismo y seriedad de las empresas que imparten dichos cursos, para que de esta forma, tengan mejores bases para tomar una decisión informada, pues solo recomendaremos cosas que realmente valgan la pena.

Y como nuestra comunidad está creciendo a pasos agigantados, tenemos una gran ventaja y es la de poder entrar a negociar precios o tratamientos preferenciales para nuestro miembros. Esto permitirá realizar esos cursos a un precio menor al que le dan al público general y/o le darán un tratamiento preferencial o un bono extra solo por ser miembro de nuestra comunidad.

Decidimos comenzar con el curso Negocios en Internet, porque mucha gente nos comenta que desea comenzar a aprovechar en forma profesional todas las posibilidades que brinda Internet para aumentar sus ingresos, pero no sabían por donde empezar.

El mejor curso sobre mercadeo en Internet + el experto más reconocido en el área en el mundo de habla hispana (y el más serio) + un descuento de 50% para los miembros de En Plenitud... nos parecía perfecto para comenzar (aunque sabíamos que luego sería difícil poder seguir acercando cursos de calidad similar, y con los mismos beneficios).

Lo encontrarás en:

<http://www.mercadeoglobal.com/mei/enplenitud.htm>

Pero..... don Murphy (el de la ley de Murphy) aun no se tomó sus vacaciones navideñas, y una sucesión de problemas hicieron que la gran mayoría de los (muchísimos) interesados no pudiera acceder al curso.

Afortunadamente, los problemas ya están solucionados, y logramos una extensión especial del plazo

## Libro gratis

### Todo sobre la Bolsa

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

Para descargar el libro **haz clic aqui**

### 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 opinion y gana dinero. Puedes ganar un iPod de 60GB de Apple !!

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

para que los miembros de En Plenitud puedan aprovechar los beneficios especiales que habíamos conseguido:

- DESCUENTO DE 50% en el costo del curso
- BONOS GRATUITOS con un valor comercial de 59 dólares
- DERECHOS DE REVENTA del Libro electrónico "Estrategias inteligentes para potenciar el valor de su boletín electrónico" (que usted podrá vender a quien lo desee y quedarse con el 100% de la venta), que tiene un valor comercial de 25 dólares.
- DE REGALO, un diccionario digital de e-mail marketing

PERO POR FAVOR, APRESURATE !!

Quedan muy pocas vacantes para el curso (es un curso reservado para pocas personas, pues el autor no desea divulgar en forma masiva los conocimientos que logró adquirir luego de mucho esfuerzo y de ser uno de los pioneros del marketing en la web en español)

Además, el descuento especial de 50% y todas las otras ventajas, solo estarán vigentes por 24 horas a partir de ahora, así que...

No te pierdas esta oportunidad única !!

Ingresa ahora a:

<http://www.mercadeoglobal.com/mei/enplenitud.htm>

Que lo disfrutes !! (y aproveches al máximo)

## 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 !!!

Conoce a las MADRINAS Y PADRINOS DESTACADOS de este número yendo al pie de este boletín

### Nota destacada:

## Diez ejercicios para la oficina, parte II

6. De vez en cuando, trate de abandonar la postura que mantiene en su box. Para eso, asómese a su vecino, siéntese y párese en su silla, levante y baje los dedos manteniendo los talones en el suelo, levante y baje los talones manteniendo los dedos en el suelo, o de pequeñas caminata alrededor de los box.

7. Realice ejercicios con los glúteos, sentándose o parándose, y manteniendo apretados por un tiempo los músculos de su cola, para luego relajarlos.

8. Si está sólo, tírese al piso y haga algunos ejercicios abdominales, como apoyar la espalda con rodillas dobladas, para luego intentar tocar sus rodillas, contar hasta dos, y luego regresar al piso. Asimismo, permanezca en el piso para hacer otro tipo de abdominales, como por ejemplo con las piernas estiradas o con las piernas sobre un banquito o contra una pared.

9. Con las palmas de las manos en su silla y los pies en el piso, vaya bajando su cola hasta el final de la silla (doble los codos, y vaya bajando el cuerpo), para luego poner derecho los brazos y volver a la posición de comienzo.

10. Disminuya la tensión subiendo los hombros, es decir levantándolos incluso hasta las orejas, manteniendo esa posición, y luego relajándolos.

Recuerde que siempre será muy importante que realice ejercicios de calentamiento, o bien comience a ejercitar gradualmente.

Asimismo, le sería muy útil usar una ropa cómoda si se puede concurrir al trabajo con un look casual, o bien tener a mano un conjunto deportivo, que podría guardar en una gaveta de la oficina, para cambiarse cuando tenga un tiempito libre para hacer estos ejercicios.

\*\*\*\*\*

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>

\*\*\*\*\*

En todos los casos, realice suficientes repeticiones de cada ejercicio hasta sentir alguna especie de fatiga, con el fin de cerciorarse que los músculos están trabajando.

Por último, si no está familiarizado con los ejercicios de entrenamiento, también podría buscar la ayuda de un entrenador personal o de alguien que sepa al respecto, para poder comenzar apropiadamente y no frustrarse en el intento.

Asimismo, consulte siempre a su médico de cabecera antes de comenzar un programa del ejercicio, para evitar sufrir problemas de salud y/o heridas. En este último sentido, si utiliza una silla para realizar los ejercicios, asegúrese de escoger una que no tenga ruedas.

**Encontrarás mucha más información para mantenerte en forma en:**

<http://www.enplenitud.com/areas.asp?areaid=1>

**¿Te gustó esta nota?, ¿quieres compartirla?**

Reenvíala ahora mismo a quién tú desees, o envíanos su e-mail Para que lo hagamos en tu nombre a:

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

**¿Has leído más arriba sobre nuestro "regalo atrasado"?**

## Una caricia en el alma:

### ¿Cuántos años tienes?

Cuentan que en tiempos de la antigüedad había un sabio que con su sabiduría irritaba al rey del lugar.

Entonces el rey fue a conocerlo.

Cuando lo vio, lo primero que le preguntó fue: "¿Cuántos años tienes?" (por aquello de que la sabiduría tiene que ver con la edad).

A lo que el sabio respondió: "No sé".

Esto puso al rey fuera de sí porque interpretó que el sabio estaba riéndose de él.

Entonces gritó:

"¡Cómo que no sabes cuantos años tienes!!!! ¿Te estás burlando de mí?".

A lo que el sabio respondió serenamente:

"No, señor. Los años que tengo son para mí los que me falta vivir y no los que he vivido, los que he vivido ya no los tengo, por lo tanto, no sé cuantos años tengo."

**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 desees, 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:

### ¿Quién es el verdadero remitente de un email?

Algo que pocas personas saben, es que el hecho de que recibamos un email que diga "De Juan" (es decir, que diga "Juan en el campo "De" o "From") no significa que sea realmente Juan quien lo ha enviado.

Esto es así porque es muy sencillo hacer aparecer cualquier dirección como remitente de un mensaje, y de hecho es así como funcionan la mayoría de los virus que circulan actualmente (la dirección que figura como remitente no es, por lo general, la dirección de quien realmente tiene la máquina infectada desde la que salió el virus).

Para identificar el origen de un mail:

1- Una vez que el mensaje está en su bandeja de entrada, selecciónelo con un solo clic del botón izquierdo del mouse

2- Una vez seleccionado, haga otro clic con el botón derecho del mouse.

3- En el menú que se desplegará, elija la opción Propiedades u Opciones (según el programa de correo



## 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

\*\*\*\*\*

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>

\*\*\*\*\*

que esté utilizando).

4- Elija la opción Detalles (si ingresó en Propiedades) o vea al final de la pantalla en donde dice Encabezados de Internet (si ingresó en Opciones).

5- Para mayor comodidad, seleccione el texto que apareció, abra el bloc de notas, y péguelo allí.

6- Verá un texto que, entre otras cosas contiene estos párrafos (este ejemplo corresponde a un spam recibido por En Plenitud):

Received: from [68.60.47.21] by Enplenitud.com

From: "Wilford T. Best" <wilfordt.best\_wq@ipcc.ch>

To: redaccion@enplenitud.com

7- 'From: "Wilford T. Best" wilfordt.best\_wq@ipcc.ch' es la dirección que figura visible como remitente en el mensaje recibido, mientras que 'Received: from [68.60.47.21]' es la dirección real del remitente, que puede o no coincidir con el remitente visible.

8- 68.60.47.21 es la "huella digital" de la máquina emisora del email.

Si usted ya recibió anteriormente un mensaje "confiable" de esta misma persona (cosa probable si lo que recibió un virus), busque algún mensaje anterior de esa misma persona, y siguiendo el mismo procedimiento fíjese si el número coincide en ambos mensajes.

9- En caso contrario, vaya a <http://www.arin.net/whois/index.html>, copie y pegue el número, y vea a que empresa pertenece la conexión.

10- Escriba a esa empresa, reenviando el mensaje que recibió, para que detecten al emisor y le avisen -si se trata de un virus- o lo sancionen -si se trata de spam-.

**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 desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

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

**¿Has leído más arriba sobre nuestro regalo atrasado?**

## Comunidad

Continúan las actividades en nuestros clubes de todo el mundo.

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>)

Puedes hacerlo ahora mismo, a partir de la siguiente página:

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

## Cursos online

**INSCRIBETE AHORA EN FORMA GRATUITA !!**

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

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

**Nuevos cursos:**

Contabilidad básica, Expresión de las emociones, Hierbas medicinales

**Cursos en preparación:**

Huerta orgánica, Costura, Cocina vegetariana, Cocina afrodisíaca,

## 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>

## 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)

## CURSO DE MERCADEO EN INTERNET

Lo encontrarás en <http://www.mercadeoglobal.com/mei/enplenitud.htm>

Para más detalles, lee más arriba sobre nuestro "regalo atrasado"

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

- Guadalupe Torralba, Adriana Monarch, Katherine Membreño, Amelia Morales
- María Liege, Américo Fiori, Viviana Bollof, Vladimir Alba, Mariangel
- José Capetillo, Oscar Fernande, María Gómez, William Córdoba, Lunazul
- Estela Imberlina, Mabel Pioli, Matilde Decroz, Ana Lucero, Gladys Cano
- Claudia Ramírez, Francisco Barrera, Rosa Bustamante, Valeksa Cifuentes
- Irene Basarab, Julio Landázury, Michael Towers, Andrés Pérez, Mirtaliliana
- Aydée Piñón, Violeta Hernández, Silvia Gutiérrez, Carmen Burgos, Yayoluis
- María Silva, Carmen Burgos, María Silva, Imelda Olayo, Martha Vázquez
- Gladys Fernández, José Mariche, Ana Guerra, Alejandro González, Rosa María
- María Crisanto, Andrea López, Juan Romo, Adriana Granja, Martha Briones
- César Labarthe, Jorge Farfán, Cruz Turipe, Esperanza Cisneros
- Graciela Valdez, María Cuéllar, Santiago Macías, Rosa Woolcott
- Rolando Hernández

A todos ellos, muchas gracias !!

## Saludos Finales:

Nuestra propuesta es 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/>