

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...

#0067 Abril/10/04

Distribuido a más de 1.760.232 suscriptores.

Contenido

- » **Imperdibles** ii Entérate ahora y no te quedes afuera !!
- » **Empecemos con una sonrisa** Las frases que nunca imaginaste escuchar
- » **Tema destacado de hoy:** Recetas naturales para el cabello
- » **Una caricia en el alma:** Abriendo puertas sin miedo
- » **Secretos para navegar como un experto** Spam: cómo evitar ser parte del problema
- » **Comunidad** Nuevas comunidades, Cursos, Programa de padrinos

La frase

"Hay que estar siempre del lado de los oprimidos sin olvidar que están hechos del mismo barro que sus opresores".
(Cioran)

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) No mientas en la cama, haz algo
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloidT20>
- 2) Predicciones para el 2004
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloidW37>
- 3) Cómo reconocer cuando una pareja está en riesgo
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloidT19>
- 4) El estado de ánimo signo por signo
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloidT18>
- 5) El sexo y sus beneficios anti-edad
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloidS99>
- 6) Aproveche el lado de derecho de su cerebro
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloidT14>
- 7) Ocho caminos para ser un mejor amigo
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloidT06>
- 8) Los poderes curativos de los colores
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloidT05>
- 9) Un rostro sano y joven después de afeitarse
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloidT03>
- 10) Conoce tu lenguaje corporal
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloidT00>

Datos administrativos

- Suscribirse / Eliminarsse
- 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 **clik aqui**

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

¿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

Empecemos con una sonrisa:

Las frases que nunca imaginaste escuchar

- Vendo Enciclopedia Británica. Mi mujer se lo sabe todo
- Se busca kamikaze. No se requiere experiencia.
- Soy muy tímido, y quisiera relacionarme con chi... Bueno, no... Nada. Da igual.
- Mal estudiante busca buenas notas para relación duradera.
- Alquilamos borrachos para fiestas.
- Busco mujer orgullosa y absorbente que no me deje trabajar.
- Encontrado con 17 puñaladas en la espalda, la Policía Científica apunta que fue un suicidio involuntario.
- Según una encuesta, cinco de cada diez fumadores son la mitad.
- Si la huelga de transporte no se soluciona tras la reunión de esta tarde, el conflicto podría prolongarse más.
- Hoy tendrá lugar una nueva ronda de negociaciones para acordar la fecha de reanudación de las mismas, que se interrumpieron al no alcanzarse un acuerdo en la materia.
- El acusado ha sido condenado a muerte por tercera vez en dos años.
- Compre inmediatamente un ascensor. Están subiendo.
- Cupido, sentenciado a la silla eléctrica por tantas muertes.
- Bello gesto de civismo: los manifestantes colaboraron en las labores de los cuerpos de seguridad, auto golpeando sus cabezas con palos y porras.
- Veinte inversionistas mueren aplastados al caer el dólar.
- A más dinero, menos amigos y más amistades.
- ¡Ah! ¡Ah! ¡Sigue! ¡Así! ¡Así! ¡Ya me viene! ¡iiiiiiiiiiiiiiiiiiii! ¡Ahhhhh!: DOWNLOAD COMPLETED.
- Algunos parecen zurdos de las dos manos.
- Antes de criticarme, piensa un poco. Tendrás el doble de motivos.
- Antes, era vanidoso; pero me curé, y ahora soy perfecto.
- Si quieres que un proyecto retrasado sea eterno, añade más gente.
- ¡ATENCIÓN! Les habla el capitán del barco. Imaginen que estamos en un submarino...
- BEBE A BORDO (pero con moderación).
- Las buenas ideas, como los trenes, llegan siempre con retraso.
- Axioma del software: Cuando un programa funciona a la perfección, aparece en el mercado una versión nueva.
- Cuando envejezcan, los ecologistas serán viejos verdes.

Hay mucho más humor en:

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

¿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

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

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

Encuentra los cursos que estabas buscando:

- Artesanías 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.

Nota destacada:

Recetas naturales para el cabello

PARA CABELLO GRASO

Este shampoo sirve para limpiar y purificar el cabello grasoso

Ingredientes:

- 7 gotas de aceite esencial de citronela (lemongrass)
- 6 gotas de aceite esencial de ylang ylang (cananga odorata)
- 4 onzas de shampoo inodoro

Agregue los aceites al shampoo. Utilizar dos veces a la semana.

PARA CABELLO SECO

Este tratamiento restaura la humedad natural del cabello seco y dañado

Ingredientes:

- 3 gotas de romero
- 3 gotas de lavanda
- 4 gotas de limón
- 2 gotas de aceite de sándalo
- 2 a 4 cucharitas de aceite de nuez

Agregue los aceites esenciales al aceite de nuez.
Masajear en el cabello limpio, seco, que se concentra bien en el cuero cabelludo.
Moje su cabello en una toalla húmeda, muy caliente, espere 20 minutos.
Lávese como siempre

Agregue unas gotas de aceite vegetal de Tea Tree o de limón en un tazón con agua caliente.
Cubra su cabeza y el tazón con una toalla e inhale profundamente durante un minuto.
Destápese por un minuto y repita

Encontrarás muchas más recetas naturales para el cuidado de tu piel en:
<http://www.enplenitud.com/seccion.asp?seccionid=28>

¿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

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

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.

Una caricia en el alma:

Abriendo puertas sin miedo

En una tierra en guerra había un rey que causaba espanto: A sus prisioneros, no los mataba, los llevaba a una sala donde había un grupo de arqueros de un lado y una puerta inmensa de hierro del otro, sobre la cual se veían grabadas figuras de calaveras cubiertas de sangre.

En esta sala les hacía formar un círculo y les decía: Ustedes pueden elegir entre morir a flechazos por mis arqueros o pasar por aquella puerta.....detrás de esa puerta YO LOS ESTARÉ ESPERANDO.....

Todos elegían ser muertos por los arqueros.

Al terminar la guerra un soldado que por mucho tiempo había servido al rey, se dirigió al soberano:

Señor ¿puedo hacerle una pregunta?

- Dime soldado

Señor: ¿que había detrás de la puerta? EL REY CONTESTÓ:

- Vé y mira tú mismo!!

El soldado abrió temerosamente la puerta y, a medida que lo hacía, rayos de sol entraron y la luz invadió el ambiente y finalmente, sorprendido descubrió que.....

La puerta se abrió sobre un camino que conducía a la LIBERTAD!!!!

El soldado embelesado miró a su rey, quién le dijo:

Yo les daba la oportunidad de hacer una ELECCIÓN, pero por temor preferían morir a arriesgarse a abrir esa puerta!!



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>

¿Cuántas puertas dejamos de abrir por el miedo a arriesgar?

¿Cuántas veces perdemos la libertad y morimos por dentro, solamente por sentir miedo de abrir la puerta de nuestros sueños?

Enviado por Andrés. ¡Muchas gracias!

Envíanos tu colaboración a: 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

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>

Secretos para navegar como un experto:

Spam: cómo evitar ser parte del problema

En efecto: por más que nos quejemos y protestemos contra el spam que invade nuestras casillas de correo electrónico, sin darnos cuenta solemos ser nosotros quienes contribuimos a la propagación de esta plaga que tarde o temprano termina invadiéndonos también a nosotros.

COMO ES ESTO POSIBLE

La respuesta es muy fácil: al no respetar la privacidad de las direcciones de email de otras personas (cuando hacemos un reenvío a toda nuestra libreta de direcciones, por ejemplo).

COMO EVITARLO

No divulgando las direcciones de tus contactos.

Cuando envíes un mismo correo a varias personas, escribe en el campo del destinatario tu propia dirección de e-mail, o hazlo en modo undisclosed-recipients (destinatarios no-revelados, o copia oculta):

Coloca los destinatarios en el campo que dice CCC (Con Copia Oculta) o BCC (Blind Copy).

Si no figura dicho campo en tu programa de correo (Outlook Express, por ejemplo), hay que agregarlo: Cuando vayas a escribir un nuevo e-mail, primero abre el menú Ver (View en inglés) y selecciona la casilla Todos los Encabezados (All Headers).

Si pones los nombres de todos los destinatarios en el campo CCO, separados por punto y coma, en vez del campo Para (To en inglés), ninguno de los que recibe tu correo podrá ver quién más ha recibido el mismo mensaje ni podrá tomar sus direcciones.

Cuando recibas algo que valga la pena y quieras reenviarlo a tus contactos, utiliza el comando Reenviar (Forward).

Borra a continuación todos los datos que se agregan en la parte superior del correo (esos que dicen "Original message..." etc.). Verifica que sólo quede el cuerpo del mensaje, sin otro añadido, en especial la dirección de quien te lo envió. Ahora sí puedes mandarlo de manera segura.

Otra alternativa para reenviarle el mensaje a tus contactos, es la siguiente:

Abre el correo que deseas reenviar. En el menú Edición (Edit) elige la opción Seleccionar todo (Select All).

Una vez esté resaltado el texto del mensaje, vuelve a seleccionar Edición y haz clic en Copiar (Copy). Esto mismo lo puedes hacer en el menú contextual, haciendo clic con el botón derecho del ratón sobre texto resaltado.

Ahora cierra ese correo y elige crear un nuevo mensaje de correo. Define a quién se lo quieres enviar (recuerda utilizar CCO -Bcc- si son varios los destinatarios) y haz clic en la zona para el cuerpo del mensaje, para colocar allí el cursor de texto.

Ve al menú Edición y elige Pegar (Paste). Ahora el envío será más seguro.

Tip enviado por Maia. ¡Muchas gracias!

Por último, recuerda:

ii Todos los expertos fueron novatos alguna vez !!

Envíanos tu secreto a: 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

Quieres ganar un iPod de 60GB de Apple?

Si vives en los Estados Unidos, haz valer tu opinión y ¡gana un iPod!!

Inscríbete ahora en: <http://tinyurl.com/7ejn2>

Cursos online

INSCRIBETE AHORA EN FORMA GRATUITA !!

Para saber qué cursos están disponibles, cómo funcionan e inscribirte, visita:
<http://www.enplenitud.com/cursos>

Haz clic en el nombre del curso de tu interés, regístrate si aún no lo estás (recuerda que el hecho de que recibas este boletín no significa que estés registrado como miembro) o ingresa tu nombre de usuario y contraseña.. y listo !!

Nuevos cursos:

Cocina japonesa

NUEVAS CLASES DE JABONES Y VELAS

Hemos incorporado dos nuevas clases a nuestro cursos de jabones y velas.

Si quieres saber cómo acceder a ellas, visita:

http://www.enplenitud.com/cursos/velas_bonus.asp

Cursos en preparación:

Huerta orgánica, Costura, Inversiones en bonos, Psicología transpersonal

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

NUESTROS CURSOS EN TU WEB

Si tienes un sitio web, y deseas poder ofrecer nuestros cursos a través de tu sitio, visita:

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

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

- Pablo Torres, Rudelia García, José Sumari, Silvia Guevara
- Mary Serrón, Charo Villafruela, Marcela Cerdeyra, María Escoto
- María Inés, Claudia Moreyra, Roberto Juárez, Floribeth Madrigal
- Teresita Vescovi, Fabiana Becerra, José Vera, Viviana Prince
- Alvaro Betancourt, Yarma Carrillo', José Loeza, Ira Gómez

A todos ellos, muchas gracias !!

¿QUIERES VER TU NOMBRE AQUI?

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

Envíanos su email a: padrinos@enplenitud.com

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



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

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/>

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>

Todas las opiniones y articulos 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 unicamente a quienes se han suscrito voluntariamente al mismo. EnPlenitud.com no realiza envios 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/>