



Atención plena: encontrar su propósito y visión en un mundo cambiante.



Con las innumerables distracciones modernas, puede ser difícil estar presente en el momento, concentrarse en su propósito en la vida y sentir gratitud por lo bueno que está sucediendo.

Inscríbase a este seminario web en vivo el miércoles 11 de enero a la 1:00 p. m. CT para:

- Definir la atención plena
- Identificar sus dones, talentos e intereses únicos
- Analizar técnicas para mantener su propósito de vida

**Todos los seminarios web en vivo se graban y publican en su sitio web para miembros.*

Llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-356-7089 (TTY 711) o visite Member.MagellanHealthcare.com para obtener recursos útiles.