

EL ASESOR DE SLG

AGO
2025

Resulta que el golf no es solo para la élite de los clubs campestres

Antes me burlaba del golf.

Me parecía lento, aburrido, y para gente estirada. En mi mente era para los que usaban pantalones khaki y los que pertenecen a clubs campestres y que ni sudaban una gota. No le veía ningún valor al juego. Así que no lo tomé en serio cuando mi hijo Jake empezó a jugar. Pero lo que antes era un "sí" sin entusiasmo que solo aceptaba compartir tiempo con mi hijo se ha convertido en algo más grande de lo que jamás me esperaba. Es una fuente de crecimiento personal, claridad mental y sabiduría inesperada.

Ahora, después de un par de temporadas, me doy cuenta que este deporte me ha enseñado más sobre la vida que jamás me hubiese imaginado... Imagínese todo lo que se gana con tan solo una bolita blanca y 18 hoyos (a veces 9 si estoy jugando con mi esposa Liz).

TENER UNA MENTALIDAD FUERTE ES MÁS IMPORTANTE QUE SER HÁBIL

El golf se ve simple pero es un juego mental. Requiere estar en el momento. No importa lo mal que fue tu último tiro de golf no puedes detenerte en el pasado. Si dejas que te afecte te puede perjudicar el próximo tiro.

Se convierte en una bola de nieve. Un mal swing se convierte en un mal hoyo y luego en una ronda terrible. Ese tipo

de espiral no es exclusivo del golf. Los errores ocurren, y nuestra respuesta importa más que lo que salió mal.

El golf me enseñó a dejar ir el último golpe y concentrarme en el siguiente. Te paras sobre la bola, reinicias y vuelves a hacer el swing. Lo mismo ocurre en la vida.

LA FRUSTRACIÓN ES INUTIL Y LA PACIENCIA ES PODER

He aprendido que el golf castiga la frustración y premia la paciencia. Cuando estoy de prisa, o me pongo bravo tras un mal swing, las cosas no se ponen mejor— se ponen peor. Pero cuando respiro, tomo mi tiempo, me mantengo calmado, mejoro mi juego, y puedo disfrutarlo mejor y pensar más claramente.

Fuera de la pista de golf, lo mismo aplica— tener esa mentalidad en reuniones difíciles, en tráfico o en momentos duros de criar a los hijos. Paciencia, presencia, y perspectiva me han ayudado cada vez.

LA GRATITUD VIENE CON QUEDARSE UNO QUIETO

Antes de jugar golf pensaba que entendía la naturaleza. Amo hacer senderismo y estar afuera. Pero cuando hago senderismo, me muevo con propósito. Es ejercicio y movimiento, y el golf me obliga a ir un paso más lento. Pasas tres, cuatro o hasta cinco horas afuera, caminando por los árboles, sintiendo la brisa, y absorbiendo el sol. Entre jugadas, no hay más que hacer que mirar tus alrededores, escuchar y respirar. Y en ciertas maneras, ese silencio me ayuda a reflejar sobre las cosas que me llenan de gratitud.

Siento que soy una persona más agradecida por los momentos cotidianos junto a las personas que más quiero.

MENTES ABIERTAS DISFRUTAN DE VIDAS MÁS PLENAS

Antes me burlaba de los jugadores de golf y los descartaba. El deporte, la cultura... no era mi onda. Pero estaba equivocado, y aprender esa lección me ha cambiado. Ahora cuando miro algo que siempre he descartado, ya sea un plato en el menú que he evitado o un tipo de música que nunca he explorado, pienso "Recuerda el golf? Es bueno tener la mente abierta para poder descubrir cosas nuevas y mantener un espíritu curioso y aventurero.

EL PREMIO VERDADERO ES EL TIEMPO COMPARTIDO CON SERES QUERIDOS

Por supuesto, el golf me ha regalado lecciones sobre paciencia, disciplina y crecimiento. Pero el mejor regalo de todos ha sido las comunicaciones que crea. He pasado tanto tiempo con mi hijo Jake y mi esposa Liz quien también aprendió a jugar. Ahora ya que nuestros hijos se fueron de casa a veces salimos mi esposa y yo a jugar los fines de semana. A veces vienen los niños también. Se ha convertido en una tradición familiar.

Así que si eres como yo: escéptico, terco y convencido que el golf no es lo tuyo, te diría esto: No tienes que ser bueno. Solo tienes que estar abierto a probar cosas nuevas. ¡Puede que el golf te sorprenda o te enseñe algo! Y si quieres jugar, me puedes encontrar en el primer tee. Pero no esperes que mantenga la bola fuera del bosque!

-Len Spada

ANTES DE QUE TE ACOMODES

Consejos para tu estadía en un Airbnb – solo toma diez minutos

Reservar un Airbnb puede ser una manera divertida y flexible para viajar, pero antes de que te quites los zapatos, prepares un cocktail y comienzas vacaciones, es buena idea tomar diez minutos para evaluar qué tan seguro es el hogar, sobretodo si viajas con niños.

REVISE LA ESTRUCTURA

Comience caminando por el exterior y luego por el interior de la propiedad. Mire bien los pasamanos, sobre todo los porches o escaleras. Los pasamanos sueltos o inestables representan un gran riesgo de caídas. Si hay terraza, revise si hay signos de podredumbre o astillas. Esto puede ser peligroso, especialmente para niños descalzos o mascotas. Luego, revise las escaleras para ver si tienen alturas desiguales. Si un escalón es más alto o más bajo que los demás, anótelo mentalmente. Saber que está ahí ayuda a prevenir tropiezos y caídas.

REVISE LA PISCINA Y LAS ALFOMBRAS

Si tu Airbnb tiene una piscina y estamos viajando con niños, confirme que el área tenga rejas seguras. Una piscina sin rejas puede ser muy peligrosa, así no tengas previsto nadar. Por otra parte, asegúrate de que todas las alfombras quedan planas y no se abultan ni se deslizan fácilmente. Una alfombra que no se mantiene en su lugar puede ser un peligro de tropiezo tanto para los niños como para los adultos.

REVISE TODAS LAS UTILIDADES

No asumes que todo funcione, prueba la estufa o cualquier aparato que planeas usar.

Si tiene una chimenea de gas, enciéndela y apáguela para asegurarse de que funcione bien. Ojo, si no funciona bien, puede causar un incidente resultando en lesiones o incluso emergencias más graves, así que es mejor saberlo con anticipación y no lamentarlo después!

VERIFIQUE LOS DETECTORES DE SEGURIDAD

Tómese el tiempo para encontrar los detectores de humo y de monóxido de carbono. Confirme que estén ahí y pruébalos para comprobar que funcionen bien. En casa, damos por sentado estas medidas de seguridad, pero no todos los alquileres están tan preparados como nosotros o como deberían estar.

LOS MOMENTOS QUE IMPORTAN

Esta revisión rapidita toma menos de 10 minutos pero podría ahorrarte un viaje arruinado o peor una herida que dañará el viaje. Ser proactivo es clave, especialmente para grupos con niños.

Y si algo sale mal, no dudes en actuar. Si te lesionaste en un Airbnb en cualquier parte del país, podemos ayudarte. Llámanos y cuéntanos qué sucedió; estamos aquí para escucharte y apoyarte siempre.

Testimonio del mes



“El equipo que estaba a cargo de mi caso demostró total profesionalismo, diligencia, empatía y fueron lo más de atentos. Me mantuvieron al tanto de mi caso durante todo el proceso, incluyendo próximos pasos. Espero que no los necesite de nuevo pero lo cierto es que los voy a recomendar a mis amigos y a mi familia si se encuentran en una situación similar.”

–Stefanie

NO SOLO PARA LOS TECHIES

Frases divertidas y prácticas que puedes usar con Chap GPT

Llegó Chap GPT y cada día evoluciona y se esta volviendo mas y mas poderoso cada día. Desde dibujar o una sesión de lluvia de ideas hasta planear fiestas o resolver problemas, hay un sinfín de maneras en que lo puedas usar. Y apenas estamos comenzando! Aquí en Spada Law lo hemos utilizado para muchas cosas en la oficina.

Aquí les comparto 11 maneras divertidas y prácticas (con frases incluidas) para incorporar en tu rutina y para que te puedan ayudar:

PLANEAR VACACIONES

Dile: "Planea un escape de 3 días a 3 horas de Boston con actividades fuera, buena comida, y una mezcla entre relajación y opciones para tener una aventura".

AYUDA PARA TU PRÓXIMA VISITA AL PEDIATRA

Dile: "Dame una lista de preguntas importantes que le debo hacer al doctor de mi hijo/a en su próximo chequeo. La edad de mi hijo/a es -----."

MEJORA LA CONVERSACIÓN CON TUS HIJOS

Dile: "Dame cinco preguntas divertidas y significativas para preguntarle a mis hijos durante la cena que podría hacerlos conversar más sobre su día".

HÉROE A LA HORA DE PREPARAR LA COMIDA

Dile: "Dame tres recetas fáciles y saludables que puedo preparar

para mi familia en menos de 30 minutos y que no sea tan difícil de limpiar después".

AYUDA CON QUÉ VER EN NETFLIX

Dile: "Dame una lista de cinco películas o series escondidas en Netflix para adultos que sean divertidas, inspiradoras y duren menos de dos horas".

AYUDA CON UN BRINDIS CUMPLEAÑERO INOLVIDABLE

Dile: Ayúdenme a escribir un brindis corto, emotivo y divertido para el 50.º cumpleaños de mi amigo. Es alguien que conozco desde la infancia.

AUCILIO! NO LEI EL LIBRO PARA MI GRUPO DE LECTURA

Dile: "Resume el libro (inserta el título) de forma conversacional y dame tres buenos temas de conversación para el club de lectura".

PLAN PARA EL REGRESO A CLASES:

Dile: "Dame una lista de cosas que debo hacer para alistar a mis hijos y a mí para el regreso a clases, incluyendo consejos de organización e ideas para nuestra rutina de por las mañanas".

IDEAS PARA CITAS ROMANTICAS

Dile: "Dame cinco ideas creativas para una noche romántica con mi amado que no se sientan aburridas o repetitivas".

ENCONTRAR EL REGALO PERFECTO

Dile: "Dame ideas de regalos para mi padre de 70 años que siempre me dice que no necesita nada pero ama su familia, historia, y estar afuera".

AYUDA PARA UN INICIO CONSCIENTE CADA MAÑANA

Dile: "Ayúdame a crear una rutina de 5 minutos por la mañana que me ayude a sentirme calmado, enfocado y listo para conquistar el día".

ZITIAL HORNO CON QUESO Y VERDURAS OCULTAS

Siguiendo la tendencia Chat GPT de nuestro artículo "No solo para techies", ¡esta receta te la ofrece exclusivamente AI!

Dile a Chat GPT: "Últimamente he estado comiendo mucha carne. Dame una receta para una cena sin carne que disfrute toda mi familia (incluso los niños)."

INGREDIENTES

- 450 g de pasta ziti o penne
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 calabacín, finamente picado
- 1 pimiento, finamente picado
- 1 taza de espinacas baby, picadas
- 2 tazas de salsa marinara
- 1/2 taza de queso ricotta
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- Sal y pimienta al gusto
- 1 taza de mozzarella rallada
- 1/4 taza de parmesano rallado

INSTRUCCIONES

1. Precaliente el horno a 375 F.
2. Cocine la pasta según las instrucciones del paquete, escúrrala y reserve.
3. En una sartén grande, caliente el aceite de oliva a fuego medio. Saltear el calabacín y el pimiento morrón de 4 a 5 minutos hasta que estén tiernos. Incorpore las espinacas y cocine hasta que se ablanden.
4. En un tazón grande, mezcle la pasta cocida, la salsa marinara, la ricotta, las verduras salteadas, el ajo en polvo, la sal y la pimienta.
5. Transfiera a una fuente de horno engrasada. Espolvoree la mozzarella y el parmesano por encima.
6. Cubra con papel aluminio y hornee durante 20 minutos. Retire el papel aluminio y hornee otros 10 minutos hasta que esté dorado y burbujeante.
7. Deje enfriar un poco y sirva.

ADENTRO

1. Lo que 18 hoyos de golf pueden enseñarte sobre la vida
2. Tu checklist para tu estadia en el Airbnb
Lo que dicen nuestros clientes
3. 11 maneras de usar Chap GPT que te encantarán
Ziti al horno con queso y verduras ocultas
4. La perfecta fiesta para finales de verano antes de que llegue el otoño



¡Escanee y síganos en las redes sociales!

Una guía para la fiesta perfecta para el fin del verano

Ya los días de verano se hacen menos, pero aún hay tiempo para tener fiestas memorables y gozar del calorcito y la alegría de verano. Aquí les comparto unos consejos de como tener una fiesta inolvidable.

APROVECHE LA HORA DORADA

Agenda tu fiesta tarde para que tus invitados disfruten del atardecer y temperaturas un poco más frescas. Compre linternas, luces que cuelgan en un hilo o velas para crear un ambiente acogedor mientras se va yendo el día.

SIRVA BEBIDAS REFRESCANTES

Monte una estación para bebidas que tenga suficientes opciones para todos los gustos. Incluye un cóctel de la casa, como una sangría con infusión de frutas o un refrescante cóctel cítrico sin alcohol. Esta opción mantiene a tus

invitados hidratados y le da un toque festivo a tu fiesta! Esta opción mantiene a los invitados hidratados y añade un toque festivo.

ESCOJA UN MENÚ PARA LA TEMPORADA

Opte por un menú que destaque cosas típicas de verano: Verduras a la parrilla, ensaladas frescas y proteínas ligeras como el pollo o el pescado son excelentes opciones. De postre, prueba una barra de helado sundae personalizada o brochetas de fruta con salsa de yogur.

CREA UNA LISTA DE CANCIONES PERSONALIZADAS

La música marca el ambiente de cualquier reunión. Crea una lista de canciones que comience con melodías suaves durante la cena y vaya cambiando a temas más animados a medida que avanza la noche. Esta progresión mantiene la energía viva y anima a bailar o cantar: la mejor manera de entretener a tus invitados.

111 Everett Ave., #1F
Chelsea, MA 02150

PRSR STD
US POSTAGE
PAID
BOISE, ID
PERMIT 411



ORGANIZA UNA DECORACIÓN TEMÁTICA

Elige una temática para tu fiesta. Un luau tropical, una fiesta en el jardín o un picnic rústico pueden inspirarte en la decoración, las sugerencias de atuendos y la elección del menú. Incorpora elementos como vajilla, centros de mesa y señalización temáticos para reforzar el ambiente que buscas lograr.

ELIGE ACTIVIDADES INTERACTIVAS

Planifica juegos o actividades interactivas para entretener a tus invitados. Los juegos de jardín populares como el cornhole, la bocha o lanzamiento de aros son muy populares. También puedes ser creativo y montar un photo booth con accesorios divertidos; eso siempre resulta en diversión.

Recuerda, tener una fiesta al final del verano es una tremenda manera de celebrar los últimos meses de la temporada. Planealo bien y verás que será todo un éxito!