

# EL ASESOR DE SLG

JUNIO  
2025

## *Este día del padre se siente diferente*

Ver a mi hijo entrar en un nuevo capítulo de su vida

Por la mayoría de mi vida adulta, el día del padre ha sido una celebración del rol que más aprecio: ser padre. Siempre se han llenado esta día especial con tarjetas hechas a mano, cenas en familia, y años de constantemente ser una mano amiga que puedan alcanzar. Pero este año se siente diferente.

Este año Julio 19 mi hijo Jake se casa y tengo el gran honor de oficiar la boda para él y su bella comprometida Liana. ¡Qué regalo!

Aunque todavía no es padre, me ha comentado que tiene mucho ilusión convertirse en padre y ya lo empiezo a ver con otros ojos, no solo como mi hijo sino como un hombre que prepara crear su propia familia con sus propias

tradiciones, su rutina de cada domingo con sus hijos como yo tenía con ellos. ¡Me aguan los ojos solo pensarlo!

Es algo extraño y a la vez bello, ver a tu hijo llegar a esa etapa de la vida por la que ya pasaste. Entender los retos que enfrenta su hijo y los obstáculos que encontrará al criar a su hijo y todo el estrés que conlleva. Pero reconozco que a pesar de eso, le espera la etapa de la vida más gratificante. Pienso mucho que significa ser padre, un padre verdadero. El tipo de padre que está ahí cuando las cosas se ponen difíciles, y darle buen ejemplo de cómo ser un buen líder que escucha lo que dicen sus hijo y siempre toma las mejores decisiones.

Jake tiene todas las herramientas. Lo veo en la forma en que ama a su familia y sus amigos, la manera en que trata a la gente, la manera que pasa por la vida. Es amable, seguro de sí mismo y amoroso. Tiene todo para ser buen padre. Está lleno de ambiciones, sueños, y esa energía eléctrica que sientes cuando la vida está por cambiarte en todas las



mejores maneras. Si sueño orgulloso es porque lo soy y mucho. Ha sido un placer criarlo y ahora verlo comenzar su propia familia es una bendición enorme.

Así que este día del padre lo celebré un poco distinto. Sí, sigo siendo papá, y siempre lo seré. Pero este año, también celebré el hombre que se ha convertido en mi hijo... y el padre en el que quizás un día se convertirá.

Feliz día del padre a todos los padres y todos los que pronto se convertirán en padres y a todos los padres que han criado la próxima generación de hombres nobles y buenos.

*-Len Spada*

**Si tu o un ser querido ha sido lesionado debido a la negligencia de otra persona, estamos aquí para ayudar. Espero que nunca tengas que contratarnos – sobre todo por el bien de tus hijos – pero si nos necesitas, estamos aquí para luchar por la compensación que mereces. Llámenos para una consulta hoy y permita que te ayudemos.**

# LOS VALORES QUE NOS REPRESENTAN EN SPADA LAW GROUP



En Spada Law Group hablamos mucho de valores—no solo en nuestras reuniones o entrenamientos sino también en cómo tratamos a nuestros clientes, como interactuamos con nuestro equipo, y que actitud traemos a la corte. ¿Porque? Porque un bufete de abogados no solo debe de reflejar nuestra habilidad sino también nuestro carácter.

Quisiéramos tomar un momento para compartir estos 5 valores claves que guían todo lo que hacemos en Spada Law. No solo son palabras que ponemos en la pared, son los principios de los cuales vivimos nuestro día a día.

## **MENTALIDAD “DAVID”**

Como en la historia de David versus Goliath, no nos intimidamos con los gigantes. Usamos nuestro tamaño, habilidades y compromiso para proteger a nuestros clientes y no nos rendimos.

## **JUGAMOS EN EQUIPO**

Somos compañeros de equipo, no solo compañeros de trabajo. Trabajamos juntos, no para alguien. Todo el mundo contribuye, cada persona importa.

## **POSITIVISMO**

Nosotros llevamos una actitud de “Si puedo” y “Si podre” a todo lo que nos proponemos tanto en el trabajo como en nuestras relaciones. Encontramos soluciones y no excusas y nos divertimos haciéndolo.

## **LEALTAD**

Somos leales a nuestra misión, a nuestros clientes, a nuestra comunidad y a nosotros mismos. Esa lealtad impulsa nuestra mentalidad diaria.

## **SER AMABLE Y RESPETUOSO**

Ser amable importa. Más allá de tener buenos modales—Lideramos con empatía y cuidado genuino, especialmente al ayudar a las personas más vulnerables.

## **PRONTO: VALORES PRINCIPALES DESTACADOS**

En cada boletín mensual, explicaremos más de cerca cada uno de estos valores—como aparecen en nuestro trabajo y cómo te beneficia a ti como cliente y miembro de nuestra comunidad.

## **PRIMERO EN JULIO: THE DAVID MINDSET (LA MENTALIDAD DE DAVID)**

En Spada Law Group, no solo practicamos la ley. Practicamos lo que creemos.

## Testimonio del mes



*“El Bufete de Abogados Spada agilizó y facilitó el proceso de resolución de mi caso de accidente de auto. Fueron profesionales, me mantuvieron informado en cada paso del proceso y me brindaron un excelente asesoramiento que me permitió obtener el mejor resultado posible. ¡Los recomiendo ampliamente a cualquier persona que necesite ayuda legal!”*

**—Demetrius Oviedo**

# DESDE LA PLAYA HASTA LA CIMA DE LA MONTAÑA

Mire la lista de lo que queremos hacer este verano

En Spada Law Group, no solo estamos luchando para nuestros clientes—¡también se trata de vivir la vida al máximo también! Este verano, nuestro equipo comparte sus listas de deseos, ¡y puedo decir que son geniales!

Lauri tiene preparado una aventura especial. ¡Se va para Valle De Angeles en Honduras por primera vez y va llevar a sus hijos para vivir esta aventura juntos—seguro harán muchos recuerdos inolvidables!

Ariana va a mantener sus planes sencillos—un plan de ir a la playa un fin de semana para relajarse. Arena, sol y serenidad... ¿Qué más se necesita?

Tony está listo para recorrer los senderos. Planea recorrer en bicicleta los senderos ferroviarios de Cape Cod y hacer varias paradas en la playa. ¡Recorrer la playa en dos ruedas suena como el día de verano perfecto!

Tomas planea explorar los senderos de esta región de nueva inglaterra y documentarlo todo con los vlogs. ¡Estaremos atentos para verlos, Tomas!

Mikeyla busca divertirse en familia: Al menos 10 días de playa con sus hijos, y quiere que uno de esos días sea fuera del estado.

Veronica se va para Suchitoto, El Salvador, con un paseo en barco por el impresionante Lago Suchitlán.

Este verano, ¡Kat persigue la adrenalina! Tiene la mira puesta en el famoso tobogán arcoíris de Picnic Steakhouse, muy cerca del Parque Nacional El Boquerón en El Salvador. ¡Menudas aventuras llenas de color!

Eddie se va a Fenway Park para ver el partido de las medias rojas contra los yankees (Eddie es de Nueva York—booo—pero lo queremos igual).

Por último, pero no menos importante, Len está planeando una excursión con su hija Jessie, que incluye una estancia en una de las cabañas AMC de Nueva Inglaterra. Ese tiempo entre padre e hija—super especial.

¡Brindemos por que este verano sea inolvidable, un plan a la vez!



## DELICIOSA TORTILLA DE HUEVO

Inspirado por [feelgoodfoodie.net](http://feelgoodfoodie.net)

*Este día del padre, consiente a tu papá con una deliciosa y saludable tortilla de huevo, llena de proteínas, verduras frescas y sabor. Es fácil de preparar, ideal para el brunch y es un lindo detalle sin ser mucho trabajo preparar.*

*¡Además, es una de las favoritas de Len!*

### INGREDIENTES

- 6 huevos
- ¼ taza de cebolla morada picada
- ¼ taza de yogur natural con leche entera
- 1 taza de champiñones picados
- 1 taza de queso mozzarella rallado, dividido
- 8-10 tallos de espárragos, con las puntas recortadas y picados
- ½ cucharadita de sal
- ¼ taza de cilantro picado
- ½ cucharadita de pimienta negra
- ½ taza de tomates cherry rebanados
- 1 cucharada de aceite de oliva

### INSTRUCCIONES

1. Precalienta el horno a 220 °C.
2. Bate los huevos, el yogur, ½ taza de queso, sal y pimienta; poner a un lado.
3. Calentar el aceite de oliva en una sartén apta para horno o de hierro fundido. Agregar la cebolla, los champiñones y los espárragos y cocinar de 3 a 5 minutos hasta que las verduras se ablanden.
4. Verter la mezcla de huevo y cilantro sobre las verduras cocidas. Agregar los tomates cherry en rodajas y el resto del queso.
5. Hornear sin tapar en el horno precalentado hasta que el centro esté cuajado y no se mueva, unos 10 a 15 minutos.



## ADENTRO

1. Celebrar el futuro de mi hijo este día del padre
2. Estos 5 valores principales son el motor de todo lo que hacemos  
Lo que dicen nuestros clientes
3. La lista de cosas para hacer este verano de Spada Law  
Deliciosa Tortilla de Huevo
4. Un enfoque en cómo fluir con las actividades en familia



¡Escanee y síganos en las redes sociales!

## Tener flexibilidad en familia

## AGENDAR DE MANERA INTELIGENTE MEJORA TU SALUD

Lograr lo mucho que demanda la vida no debería ser a costo de la salud de tu familia. Si tu día a día consiste en hacer juegos de malabares con poco tiempo para relajarte, no estás solo. Aquí les comparto 2 días de cómo ayudar a tu familia a seguir un paso más lento y así asegurar la salud mental positiva y bienestar físico a lo largo de las horas del día.

### REPROGRAMAR TU AGENDA

Cuando compromisos de trabajo, pagar cuentas y coordinar transporte para las actividades de tus hijos entre otras obligaciones te llevan a demasiado estrés e interacciones breves y apuradas con tu familia, la asociación cardiaca de América (American Heart Association) recomienda comenzar de nuevo. Primero mire bien la agenda de cada persona en tu familia y mire donde hay espacios y donde se podría cortar actividades para

que puedan relajarse y disfrutar entre familia. También puedes comenzar al escoger dos bloques de 30 minutos durante la semana y un bloque de dos horas los fines de semana para asegurar que todos estén en el mismo lugar. La meta es no distraerse cuando estas con tus seres queridos, así que guarde tu computadora y celulares durante este tiempo especial entre familia.

### ESTRATEGIAS PARA ESTRÉS POSITIVO

Naturalmente, los horarios ocupados llevan a estrés–y no solo para adultos. Es importante dejar tiempo para que los niños disfruten con sus padres y hermanos, y compartir en familia puede ayudar a padres a determinar si tu hijo siente presión en cualquier área de sus vidas. Aunque “estrés positivo” puede ayudar a una persona joven vencer retos–por ejemplo estudiar para un

examen importante o completar una asignación antes de su fecha límite–demasiado estrés puede dificultar la capacidad de afrontamiento de un niño y puede provocar ansiedad, depresión y/o síntomas físicos como dolores de cabeza y/o de estómago. Establecer rutinas diarias constantes (por ejemplo, acostarse a la misma hora cada noche o programar regularmente momentos familiares que todos esperen con ilusión) contribuirá en gran medida a que se sientan más en control de sus días y a fomentar una mejor comunicación con los demás miembros de la familia.

La vida se trata más que solo tachar cosas de la lista. Cualquier familia puede crear un sistema que ayude a todos a sentirse más felices y saludables hasta en los tiempos más ocupados al solo implementar pequeños ajustes.