

EL ASESOR DE SLG

SEPTIEMBRE
2022

POR EL AMOR A UNA HIJA

¡Feliz 21, Jessie!!



El 11 de septiembre de 2001, todos los estadounidenses incluyendo a mi, estábamos consumidos con tristeza y rabia sobre los ataques a las torres gemelas. Todos estábamos pegados a la televisión o radio para escuchar los reportes sobre los horrores que ocurrieron ese día en la ciudad de Nueva York. Eso fue hace 21 años. En Septiembre 12 del 2001, solo 48 horas después en el hospital de Winchester, mi tristeza y rabia se convirtieron en alegría y esperanza para el futuro. ¿Qué causó este cambio de emociones? Mi hija, Jessica Lani Spada, nació. Ahora ella tiene 21 años.

Soy una persona muy alegre. Tengo una vida increíble lleno del amor de mi familia, buenos amigos y compañeros de trabajo. Pero una de mis alegrías más grandes es la alegría que me trae el privilegio de ser "papa" a Jessie. Ella literalmente hace que mi corazón vuelva. Amo todo de ella. Así que como este es mi boletín para el mes de Septiembre, pense que sería

importante reflejar sobre mi alegría mas grande ya que conmemora una fecha importante y a la vez agri dulce... se me esta creciendo mi bebe.

Parecía solo ayer que estaba corriendo en el patio de atrás jugando baloncesto, béisbol, hockey, fútbol americano, etc con todos los chicos del vecindario. Jessie, terminaría siendo mejor atleta que cualquier otro en el vecindario. Nunca me olvidaría después de su primera comunión, verla por la ventana de la cocina jugando baloncesto con su vestido blanco y tacones! Ahora está por entrar a su tercer año en Boston University donde estudia ingeniería biomédica, y le va muy bien y es una chica tan alegre y feliz... da gusto verla brillar.

Jessie es la menor de nuestros dos hijos. Su hermano Jake le lleva casi 4 años. Cuando Jessie nació, estaba feliz con mi hijo y mi hijo Jake y yo éramos muy unidos (lo seguimos siendo). Así que confieso que

inicialmente quería tener un varón. Pero gracias a Dios que no fue así! No porque Jake no fue una maravilla de hijo sino que Jessie nos dio otra dinámica a la familia... una dinámica que nos hace a todos muy felices.

Como tengo espacio limitado te doy los mejores adjetivos para describirla. Es ella amable, tolerante, simpática, segura de sí misma, curiosa, chistosa, fuerte, protegedora, leal y de mucha fe. Si eres familia o amigo de ella, tienes el mejor apoyo que te podrías imaginar. Siempre va estar ahí por ti. Jessie también puede ser tu mejor defensora ya que no tolera injusticias o bullying de ningún tipo. Obviamente no soy la persona más objetiva, pero no encuentro ninguna falla en mi hija. Soy su fan #1.

Ahora que tiene 21, empiezo a pensar cómo será su vida cuando abra sus alas y se vaya del nido. Rezo que no se vaya lejos geográficamente de Liz y de

Continúa en la pág. 3 ...

5 HABILIDADES QUE LOS MOTOCICLISTAS DEBEN PRACTICAR

Para reducir el chance de accidentarte

El clima no está del todo fresco así que hay tiempo para montar en moto. Es importante que los motociclistas tomen todas las precauciones para mantenerse seguros en la carretera. Esto incluye repasar las reglas y herramientas antes de tomar el volante. Abajo encontrarás cinco habilidades que cada motociclista debería practicar para reducir el chance de accidentarse.

Cabeza y ojos: Mire hacia donde vas

Esto es una de las cosas más importantes, y así y todo es algo que la gente suele olvidar. Cuando conduces, debes mirar hacia donde quieres ir, no solo con tus ojos pero volteando tu cuerpo y moviendo tu nariz en la dirección de la moto. Manejar así te permite que sea todo más fluido y suave incluso cuando volteas en U.

Mantener distancia entre vehiculos

Trate de dejar espacio en frente tuyo por unos dos segundos. Mantener distancia te permite ver que o quien está delante con anticipación y no de manera reactiva.

Habilidades de velocidad lenta

La práctica de maniobras a baja velocidad ayuda a los motociclistas a desarrollar el control del embrague y el acelerador, el control de la carrocería y la colocación de la cabeza y los ojos, al tiempo que reduce el riesgo mientras están en la calle.

Frenar para una emergencia / Frenar en seco

Es fundamental que todos sepamos frenar en seco. Tú puedes ser el mejor conductor pero a veces son las decisiones de los demás las que causan problemas. Hay que practicar frenar en seco por ejemplo en espacios amplios y solos para que estés preparado por si acaso tienes una emergencia.

Arrinconar

The Motorcycle Safety Foundation (La Fundación para la Seguridad de las Motocicletas) enseña una técnica efectiva para motociclistas. Se trata de ir lento, mirar, hundir, y voltearse. Lento se refiere a cuando te acercas a una esquina, mirar bien después de que bajes la velocidad, hundir las empuñaduras y voltearse, y pisar el acelerador para aumentar tu velocidad o mantener tu velocidad en la curva.

Practicar estas cinco habilidades te ayudará como motociclista a estar más seguro y mantener a los demás seguros también. Si has estado herido en un accidente de moto y no sabes que hacer, danos una llamada.

PREVENIR MUERTES P

Las muertes peatonales han incrementado un 30% en el estado de Massachusetts en el último año. No solo fue Massachusetts que vio este incremento – como país vimos 7,485 muertes en 2012, que es lo más que hemos visto en 40 años. Estos números son mucho más alarmantes cuando uno considera que hay menos personas manejando debido a la pandemia.

¿Entonces porque vimos este incremento tan grande el año pasado? Una de las razones más vista es la velocidad del conductor. En 2020, el porcentaje de accidentes fatales de peatones causados por alta velocidad subió a 8.6%... un incremento de 1.5% del 2019. Entre más rápido uno maneja, es más probable que maten a un peatón en un accidente. Si alguien conduce a 23 millas por hora y choca contra un peatón, hay un chance de 10% que el peatón pueda morir. Si van a 58 millas por hora, ese porcentaje sube a 90%.

Otra razón por la cual vemos muertes peatonales es conducir en estado de embriaguez o andar a pie mientras está embriagado. Más del



Testimonio del mes



“El abogado Spada y su equipo hicieron que el caso sobre mi reciente accidente que me causó heridas, tuviera un juicio justo. Todo el equipo de Spada Law Group fue excepcional durante todo este proceso. Me explicaron todo con lujo de detalle y siempre estaban dispuestos a responder todas mis preguntas. Robyn merece ser reconocida por su excelente profesionalismo y manera de ser. ¡Gracias, Spada Law Group!”

–Gregory F.

PEATONALES ¿QUÉ PODEMOS HACER?

30% de los peatones de 16 años o mayores murieron en un choque cuando tenían el BAC .08 o más alto. Esto demuestra que no solo conducir, sino también caminar ebrio también es riesgo.

Hay medidas que podemos tomar como conductores para disminuir estas cifras. Esto incluye monitorear nuestra velocidad y estar consciente de nuestros alrededores. En adición el Governors Highway Safety Association sacó un reporte y explicó su Sistema Seguro para eliminar muertes en la carretera. La meta de este método es incrementar la tasa de sobrevivientes que han sido golpeados por algún automóvil.

Los cinco elementos para este método son personas cuidadosas, calles seguras, vehículos seguros, una velocidad segura, y cuidado después del accidente. Este método busca crear un sistema que toma en cuenta el error humano y mantener impactos de choques a cierto nivel para que la gente los pueda sobrevivir.

Cada uno de nosotros jugamos un rol en crear calles seguras para todos. Accidentes peatonales son algunos de los casos más serios que vemos. Si fuiste lesionado en un accidente en Massachusetts, tienes derechos y puede que seas elegible para recibir recompensa financiera por ello y que te cubra cuentas médicas, tiempo perdido del trabajo, dolor y sufrimiento y más. Llame o mandanos un mensaje de texto para agendar tu consulta gratis.



... continuación de Portada

mi, y espero que siempre podamos hacer tiempo para estar juntos. Espero que nuestra relación de padre e hija siga creciendo.

Una de las cosas que hago con mi hija en los veranos es que vamos por helado en Newburyport donde vivimos. Aunque comer helado tres veces por semana es malo para alguien de mi edad, no le puedo decir que no cuando me pide salir a helado. Aprecio cada momento con ella, y el helado es más dulce porque estoy con ella, mi hija. Quizás Dios quita calorías cuando como helado con ella (mentiras, mi cintura dice lo contrario). Así que Jessie, gracias por los 21 mejores años de mi vida, feliz cumpleaños y te quiero mas que jamás podrás entender.

-Len Spada



Salsa de pollo de búfalo al horno

Ya casi llega la temporada de fútbol y muchos pasaremos frente nuestros televisores o abriendo la parte detrás del carro para hacer una fiesta tailgate... así que tenemos la perfecta receta para un exquisito dip.

INGREDIENTES

- 1 cucharada de mantequilla sin sal
- 2 tazas de pollo desmenuzado
- 1/2 taza de salsa picante estilo búfalo
- 1/2 cucharadita de jugo de limón
- 1/4 taza de crema agria / sour cream
- 4 oz de queso crema, ablandado y cortado en trozos
- 1/2 taza de queso cheddar blanco rallado
- 1/4 taza de queso azul desmenuzado
- 1 1/2 cucharadita de cebollino picado
- Apio, zanahorias, pan o chips de tortilla para mojar

DIRECCIONES

1. Precalienta la estufa a 375 F.
2. Derrita la mantequilla en calor mediano.
3. Agregue el pollo y la salsa picante a la sartén y cocine a fuego lento hasta que la salsa se haya espesado.
4. Apague el fuego y agregue el jugo de limón, la crema agria y el queso crema.
5. Espolvorea queso cheddar por encima.
6. Hornea durante unos 10 minutos o hasta que el queso se haya derretido por completo.
7. Retirar del horno y decorar con queso azul y cebollino.
8. ¡Sumerja su bocadillo favorito y disfrute!

111 Everett Ave. #1F
Chelsea, MA 02150

LEE MÁS SOBRE...

¡¡Feliz 21, Jessie!!

Para reducir el chance de accidentarte

¿Qué podemos hacer?

Testimonio del mes

Salsa de pollo de búfalo al horno

La historia loca del maratón olímpico de 1904



¡Escanee para seguirnos en las redes sociales!



Increíble pero cierto

EL MARATON OLIMPICO MAS LOCO DEL 1904

¡En 1904, el año de las primeras olimpiadas de Estados Unidos, el maratón masculino fue uno de los espectáculos más raros! De hecho, fue de los eventos más emocionantes de la historia de los juegos olímpicos. En un día caliente y húmedo en St. Louis, Missouri, solo 14 de los 32 competidores cruzaron la meta final en una de las rutas más difíciles posible. Thomas Hicks, el americano que cruzó primero obtuvo el tiempo más lento de todas las olimpiadas desde 1896. ¿Pero por qué fue tan difícil?

Con temperaturas de 104 grados fahrenheit y 90% humedad, un curso de 24.85 millas con 7 lomas fue demasiado para los atletas. Encima de eso, carros de apoyo estaban creando polvo lo cual hacía difícil para los atletas

respirar bien. Solo tenían estaciones de hidratación antes de la marca de la mitad y no había más después de la mitad. Hasta los atletas más en forma y con mejor entrenamiento no podían con este maratón.

Tres horas y 13 minutos después del comienzo del maratón, Fred Lorz, quien había hecho en carro parte de la maratón, cruzó la meta final. Iba a ser premiado cuando confesó que estaba tan cansado que había aceptado que un carro lo transportará por parte del curso así que lo descalificaron.

Thomas Hicks, el verdadero ganador, estaba luchando con las últimas 7

millas. ¡Los fans le dieron un cóctel de veneno de ratón, brandy y claro de huevos! Para el momento que cruzó la meta final, estaba alucinando. ¡El que quedó de cuarto era un cubano que corrió con pantalones y zapatos elegantes por todo el maratón porque había perdido su dinero en el juego en New Orleans en camino a St. Louis y llegó gracias a un conductor de carro que lo trajo no más con la ropa que tenía puesta!

Definitivamente las olimpiadas de 1904 fueron las más locas de la historia y por supuesto entretenidas. ¡Pero afortunadamente y sorprendentemente, nadie falleció!

