

EL ASESOR DE SLG

NOV
2024

Desde barcos hasta pistas de esquí

Transicionar a los deportes de invierno

Espérate un momento, permítame mirar el clima rapidito! Para esta temporada del año, estoy obsesivamente revisando cuando va nevar, y esperando que sea pronto. Ya sabemos como va-el día de acción de gracias-pero la temporada de esquí? Todavía no.

Una vez que hayamos guardado el bote hasta el próximo año, estoy en modo esquí y no veo la hora de disfrutar las pistas. Cada año me siento como un niño esperando la primera nevada-contento, emocionado, y completamente impaciente. Ya casi cumpla 60 (UY! me cuesta hasta escribirlo), estoy agradecido que aun puedo subir la montaña, empujar los límites y disfrutar de este deporte. No hay nada como agarrar velocidad mientras

bajaba la montaña, y estoy agradecido de tener salud para poder hacerlo.

Para mí esquiar es pura adrenalina. Se siente uno libre. Estás en medio de la naturaleza y de paisajes preciosos, y ese elemento de dejar que la gravedad haga su trabajo y de velocidad-lo hace más emocionante que una simple escalada. Claro, hacer senderismo es genial pero esquiar es más emocionante.

Las vistas son como la crema encima del pastel. Si no te gustan las vistas quizás eres de esas personas que no le gusta tampoco la pizza (broma). Siempre comienza cada bajada con una sonrisa enorme porque se lo bendecido que soy de poder hacer algo que me hace tan feliz.

Esquiar también me da tiempo para mí mismo y para pensar y procesar ideas que tengo. Ya para cuando regrese a casa tengo una lista de ideas para escribir. Realmente lo considero mentalmente y físicamente liberador.

A través de los años, las heridas de rodilla han hecho que tenga que parar de esquiar pero me siento bien para esta temporada. Tenemos nuestra montaña favorita en New Hampshire donde nos sentimos en casa, pero también hemos descubierto otros lugares hermosos en Colorado, Utah

y hasta Canadá. Explorar lugares nuevos también hace que cada viaje sea especial.

Mis hijos ya están grandes y ya no están en casa pero me siento emocionado por los viajes de esquí que tiene planeado por mi esposa Liz para nosotros dos. Liz ha mejorado mucho y le está gustando mucho esquiar. Antes lo hacía para complacer a su familia pero ahora también lo hace por ella misma. Lo más importante para ella siempre ha sido estar con su familia, pero ahora podemos disfrutar esta nueva etapa con una actividad que nos encanta a los dos!

Admito que soy bueno pero no el mejor. Comencé cuando estaba en mis 20s y es difícil avanzar cuando comienzas más tarde en la vida pero no he parado de mejorar. Esta temporada, planeo tomar clases y empujarme. Tengo amigos que hacen heli-esquian- desde que los bajan de un helicóptero a bajar la montaña. No creo que llegaré a ese nivel pero me gustaría.

Espero que cada uno de ustedes disfrute de este día de acción de gracias. Si esquías, acompáñame en mis oraciones para que nieve pronto (ya se, algunos dirán "ni loco!"). Te veo en la pista de esquí.

-Len Spada



¿QUIERES MEJORAR TU RED DE CONEXIONES?

Len sugiere *Nunca Coma Solo*

Len les tiene un super libro para este mes. Recientemente se leyó el libro *Nunca Coma Solo* escrito por Keith Ferrazzi – una lectura imprescindible para cualquier persona que busca crear conexiones significativas, mejorar sus habilidades de conectar con gente influyente y avanzar su carrera y vida personal. Para triunfar, todos necesitamos a otros en nuestras vidas.

En este libro, Ferrazzi, un emprendedor exitoso y muy conectado, comparte sus pensamientos sobre cómo fomentar relaciones auténticas que pueden llevar al éxito en todos aspectos de la vida. Argumenta que el secreto del éxito no es lo que conoces sino a quien conoces – y que tan bien puedes mantener esas relaciones.

Uno de los mensajes principales es la importancia de la generosidad en este ámbito. Ferrazzi enfatiza que conectar con gente no se trata de pedir favores o relaciones transaccionales sino de ofrecer ayuda, compartir conocimiento, y estar realmente interesado en el bienestar de otros.

Ferrazzi también introduce la idea de nunca comer solo. Él dice que sentarse a comer con alguien es una manera poderosa de conectar con otros, así estés conociendo a un nuevo contacto o profundizando una relación existente. Él le sugiere al lector partir el pan con otro, puesto que este contexto crea un ambiente informal y relajado para conversaciones reales. Se trata de hacer conexiones que van más allá de un intercambio de negocio.

De este libro también me llevo la importancia de darle seguimiento y mantenimiento a las relaciones. Ferrazzi ofrece estrategias prácticas para mantenerse en contacto con las personas regularmente y mantener las relaciones vivas. Todos nos necesitamos unos a otros.

Nunca Coma Solo (Never Eat Alone) te da las claves para crear una red

poderosa y auténtica. Así que si eres profesional, emprendedor, o solo alguien que quiere crecer tu círculo de influencia, este libro te ayudará a crear una mentalidad y las herramientas para hacer las conexiones que realmente importan.



Testimonio del mes



“Estoy muy agradecida a Spada Law Group, LLC por brindarme un servicio excelente. Betsy fue increíble en su ayuda de mi mamá con sus asuntos legales. Se tomó el tiempo de explicarme todo, haciendo que el proceso fuera mucho más fácil de entender. Su paciencia, profesionalismo y dedicación fueron evidentes ante todo el proceso y nos sentimos apoyados. Recomiendo a Betsy y Spada Law Group a cualquier persona que necesita asistencia financiera. Van más allá para sus clientes.”

- Aida Velez

TENGA CUIDADO EN LAS PISTAS DE ESQUÍ

Consejos esenciales para evitar accidentes

Esquiar es muy divertido—ofrece la rapidez y la belleza de la naturaleza, pero también viene con riesgos. Con tantas personas compartiendo la pista, es importante seguir las “reglas de tránsito” para asegurarnos la seguridad tuya y de los demás.

Así tengas mucha experiencia o seas novato, estos son algunos consejos para minimizar el riesgo de accidentes y/o heridas.

CONOZCA EL CÓDIGO DE RESPONSABILIDAD

La Asociación Nacional de Áreas de Esquí (NSAA) ha establecido un Código de Responsabilidad para promover la seguridad en las pistas. Algunas de las reglas clave incluyen:

MANTENGA CONTROL

Esté consciente de tus alrededores para poder parar y evitar otras personas en cualquier momento.

CEDE EL PASO A LOS QUE ESTÁN CUESTA ABAJO

El esquiador o practicante de snowboard que va delante de usted tiene el derecho de paso. Es su responsabilidad mantenerse fuera de su camino.

DETÉNGASE EN LUGARES SEGUROS

Si necesita detenerse, hágalo al costado del sendero, donde sea visible para los demás y fuera del área de tráfico principal.

OBSERVE LAS SEÑALES Y ADVERTENCIAS PUBLICADAS

Esquiar fuera de los límites o ignorar los marcadores de senderos puede provocar situaciones

peligrosas, así que siga siempre las instrucciones publicadas.

LESIONES COMUNES EN EL ESQUÍ

Hasta cuando sepas las reglas, accidentes pueden pasar. Estos son algunos lesiones comunes en el esquí:

- Lesiones de rodilla, especialmente del ligamento cruzado anterior, por caídas o torceduras bruscas.
- Fracturas, generalmente en las piernas o muñecas, por colisiones o caídas de alto impacto.
- Las lesiones en la cabeza pueden ocurrir cuando los esquiadores chocan o caen. Por eso los cascos son cruciales.

AYUDA LEGAL PARA ACCIDENTES DE ESQUÍ

Si bien el esquí es una actividad de invierno super divertida, las lesiones en la montaña son una realidad. Len ha representado a esquiadores lesionados por todo Estados Unidos y los ayuda a superar los desafíos legales luego de accidentes en la montaña. De hecho, recientemente ayudamos a un joven practicante de snowboard a recuperar \$250,000 dólares por las lesiones que sufrió cuando fue golpeado por detrás en las laderas de una montaña de Massachusetts. Si sufrió una lesión mientras esquiaba o practicaba snowboard y tiene preguntas sobre sus opciones legales, llámenos. ¡Esté seguro este invierno y disfrute de las pistas de forma responsable!

TARTA DE MANZANA

Inspirado por AllRecipes.com

INGREDIENTES

Coberturas

- 1 taza de azúcar morena
- 1 cucharadita de canela molida
- 1/2 cucharadita de nuez moscada molida
- 1/2 taza de nueces pecanas picadas

Tarta de manzana

- 2 tazas de harina para todo uso
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 cucharadita de bicarbonato de sodio

- 1/2 cucharadita de sal
- 1/2 taza de mantequilla a temperatura ambiente
- 1 taza de azúcar blanca
- 2 huevos a temperatura ambiente
- 3/4 taza de mantequilla de manzana
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1/2 taza de cereal de salvado integral o germen de trigo
- 1 taza crema agria (sour cream)

INSTRUCCIONES

1. Precaliente el horno a 350 grados F (175 grados C). Engrase un molde de 9x13 pulgadas.
2. Prepare la cobertura mezclando el azúcar moreno, la canela, la nuez moscada y las nueces picadas.
3. Tamizar juntos la harina, el polvo para hornear, el bicarbonato y la sal.
4. Batir la mantequilla y el azúcar en un tazón grande con una batidora eléctrica hasta que estén suaves y esponjosos; agregue los huevos uno a la vez, batiendo bien cada huevo en la mezcla antes de agregar el siguiente.
5. Agrega mantequilla de manzana, vainilla y germen de trigo o cereal.
6. Agrega los ingredientes secos tamizados alternativamente con la crema agria; mezcle bien después de cada adición.
7. Vierta la mitad de la masa en el molde preparado, espolvoree con la mitad de la cobertura y vierta el resto de la masa en la sartén, cubriendo con el resto de la cobertura.
8. Hornee en el horno precalentado hasta que al insertar un probador en el centro salga limpio, aproximadamente 40 minutos.



ADENTRO

1. Sentir la emoción de la pista de esquí
2. El libro de Len de este mes: La importancia de crear una red en el libro "Nunca coma solo" (Never Eat Alone)
Testimonio del mes
3. Consejos para tu seguridad y ayuda legal
Receta de Tarta de Manzana
4. Descubre los fascinantes 'qué pasaría si' de los nombres de estados. Miremos cuales eran.



¡Escanee y síganos en las redes sociales!

Nombres que casi existieron

Los títulos extraños y creativos que casi definieron nuestros estados



KENTUCKY

Kentucky podría haber sido Transilvania. En 1775, el empresario Richard Henderson firmó un tratado con la tribu Cherokee, asegurando tierras conocidas como la colonia de Transilvania. Sin embargo, el estado de Virginia ya lo había reclamado. Años más tarde, quienes vivían del intento de compra de Henderson se separaron para convertirse en Kentucky.

UTAH

Cuando el líder de la Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, Brigham Young trasladó la congregación al oeste,

solicitó al Congreso la creación de un nuevo estado llamado Deseret, por un nombre que aparece en "El Libro de Mormón". El gobierno rechazó la solicitud hasta 1896 y nombró al estado Utah en honor a la tribu Ute.

NEVADA

Por poco el estado de Nevada casi se llama Humboldt, en honor al explorador y naturalista Alexander von Humboldt, quien popularizó la exploración científica. Finalmente, cuando Nevada se convirtió en estado en 1864, decidieron usar la palabra en español "nevada" para el estado "cubierto de nieve".