

Friendship International



MAY 16, 2025

你的夏季愿望清单

夏天即将来临！随着白天变长、天气变暖，夏天是体验新事物、留下美好回忆的绝佳时机。不妨制定一份夏季“愿望清单”，帮助你充分利用时间。

首先，和家人一起集思广益，列出今年夏天大家觉得有趣的事情。无论是公路旅行、尝试新餐厅或新食谱，还是在后院露营，都把想到的都写下来。别犹豫！现在正是制定清单的好时机，尽情享受乐趣吧。

接下来，根据你认为最重要的事项，确定清单的优先顺序。你想专注于户外活动还是文化体验？有哪些时间紧迫的活动你不想错过？有些想法可能比较昂贵，所以一定要在清单中加入一些简单、免费或便宜的点子，以保持清单的平衡。

最后，查看你的日历，安排好那些必须提前预订的活动。把清单上剩下的内容放在显眼的地方，比如冰箱上，这样你就能随时思考哪些事情可以做，哪些事情可以划掉。

计划固然重要，但灵活变通也同样重要。有时，你可以随心所欲。这里有一个简短的清单，可以帮助你行动起来。

晚上捉萤火虫，生篝火，学习烹饪新菜，种植花园，参观州立公园或国家公园，在7月4日看烟花，去看一场户外电影或表演，吃冰棍，去海滩，跑5公里，骑自行车。

这个夏天我们会想念你们的！对于那些回国的朋友们，记得保持联系，并考虑在秋季加入我们的Zoom视频会议。



即将到来的日期

5月16日	友谊最后一天 - 室内野餐（无托儿服务，欢迎儿童参加）
5月28日	费耶特县学校最后一天
7月4日	独立日（也称为“7月4日”）
2025年8月	友谊注册即将开放



用咖啡、茶和聊天继续交流

我们的Zoom课程之一“咖啡、茶和聊天”将在夏季继续于每周三上午9:30举行。如果您是友谊的注册会员，我们诚邀您参加。只需发送电子邮件至 lisamk2018@gmail.com 联系小组负责人 Lisa Kepf，告知她您想加入聊天即可。

我们期待您的反馈！您愿意填写这份调查问卷，帮助我们规划友谊的未来吗？[点击此处参与调查](#)

今夏踏上征程

遗产步道 (Legacy Trail) 是一条 12 英里长的免费铺砌步道，全年开放。您可以从三个免费停车点进入步道 - 肯塔基赛马公园露营地对面、科尔德斯特里姆公园步道中段以及劳登大道 (Loudon Avenue) 上的北列克星敦基督教青年会 (YMCA)。这些停车场均设有卫生间和饮水机。您可以携带自行车或滑板车，也可以步行或跑步！

北莱克星顿基督教青年会 (YMCA) 提供自行车出租！从四月到十月，您可以在这里租自行车，然后直接骑上遗产小径 (Legacy Trail)。



公园爵士乐

带上一份晚间小吃和一条野餐毯（或者几把椅子），今年夏天，每周二前往公园，享受一场免费的现场音乐之夜。这一系列音乐会每周都会有不同的爵士乐队演出，让观众在整个夏天都能体验到丰富多彩的爵士乐。

更多信息和完整演出安排，请访问：

www.lexingtonky.gov/big-band-jazz



[冰淇淋彩绘石头——老少皆宜](#)



[今年夏天，在 7 月 4 日，制作这款简单的“红、白、蓝”甜点吧！](#)