

# Friendship International



MARCH 27, 2026

## LIMPIEZA DE PRIMAVERA

Después de que la casa ha permanecido cerrada durante todo el invierno, es común en los Estados Unidos realizar una «limpieza de primavera» una vez que el clima se vuelve más cálido. ¿Hacen esto en su país de origen? Esta tarea implica abrir las ventanas para ventilar el hogar y realizar una limpieza profunda en aquellas áreas que pudieron haber quedado descuidadas. ¡Aquí les presentamos algunas ideas para comenzar con su limpieza de primavera!

#1 Despejen el espacio primero: Organicen esas pilas de objetos, cajones y armarios que han ido acumulando demasiadas cosas últimamente.

Clasifiquen los artículos en tres grupos: basura, para donar y para guardar.

#2 Refresquen los textiles: Laven artículos como cortinas, mantas, ropa de cama y fundas de cojines para renovarlos de cara a la nueva temporada.

Aspiren los muebles y los colchones para eliminar el polvo y los alérgenos (¡aspiren también debajo de los cojines, especialmente si tienen niños o suelen comer bocadillos allí!).

#3 Limpie las superficies: Los lugares obvios, como las encimeras y las mesas, se limpian con regularidad. Piensen ahora en otros lugares, como las puertas y sus marcos, las lámparas y los ventiladores de techo, así como los gabinetes de la cocina y del baño.

#4 Froten los electrodomésticos: Limpie tanto el interior como el exterior de los electrodomésticos de la cocina y de las máquinas de lavandería.

#5 Espacios exteriores: Por último, no olviden limpiar las áreas al aire libre. Barran los escombros y la suciedad, laven los muebles de exterior y dedíquense al cuidado de los jardines y las plantas. Una cosa más... ¡Revisen los filtros de aire, los filtros de agua y las baterías de los detectores de humo! ¿Qué más añadirían ustedes a esta lista?



## PROXIMAS FECHAS

27 de Marzo	Historia de Pascua con Jaime Riggs
3 de Abril	Feria Internacional de Comidas (Sin clases)
5 de Abril	Domingo de Pascua
10 de Abril	Sin clases de Friendship (Vacaciones de primavera)
17 de Abril	Clases extendidas
24 de Abril	Presentación de la clase de coro

## PARQUES ESTATALES DE KENTUCKY PARA VISITAR

Hay dos parques estatales cercanos que, sin duda alguna, merecen una visita mientras resides en Kentucky: el Parque Estatal Natural Bridge y el Parque Estatal Cumberland Falls. Ambos ofrecen paisajes magníficos, rutas de senderismo y otras oportunidades para disfrutar del aire libre. Así mismo, ambos parques cuentan con alojamientos por si desea pasar la noche, así como con restaurantes donde podrá degustar deliciosas especialidades de Kentucky.

A muchos de nuestros voluntarios también les encanta viajar; por ello, no dude en consultar a alguno de ellos si desea recibir recomendaciones sobre otros parques para visitar en nuestro estado.



[Haga clic aquí para ver los parques estatales de Kentucky.](#)

[Haga clic aquí para ver el Parque Estatal Natural Bridge](#)

[Haga clic aquí para ver el Parque Estatal Cumberland Falls](#)

## RESURRECTION RALLY: Música y búsqueda de huevos de Pascua para niños

**Sábado 4 de abril a las 10:30 a. m.**

¡Acompáñenos en un evento de Pascua gratuito en la Iglesia Bautista Ashland Avenue, dirigido a niños hasta el 5.º grado! La mañana comenzará a las 10:30 a. m. con un divertido encuentro en el Centro de Adoración, que incluirá música y un breve relato sobre la Pascua. A continuación, los niños disfrutarán de una búsqueda de huevos al aire libre, con áreas designadas según la edad. Se proporcionarán bolsas, o puede traer la suya propia.



## Feria Internacional de Comida

El próximo viernes 3 de abril celebraremos una feria internacional de comida, ¡donde todos los platillos serán aportados por USTEDES!

Se invita a cada mujer internacional a traer un plato, aperitivo o postre que represente a su país de origen, para compartirlo y degustarlo entre todas. Por favor, absténganse de traer productos a base de cerdo. Ese día no habrá clases, ya que disfrutaremos juntas de la comida y de la compañía de las demás.



**MANUALIDAD DE PASCUA: CONEJITOS DE CALCETÍN FÁCILES Y SIN COSTURAS**



**¿NECESITAS MÁS PROTEÍNA EN TU POSTRE? PRUEBA ESTE PUDÍN DE PLÁTANO CON QUESO COTTAGE.**