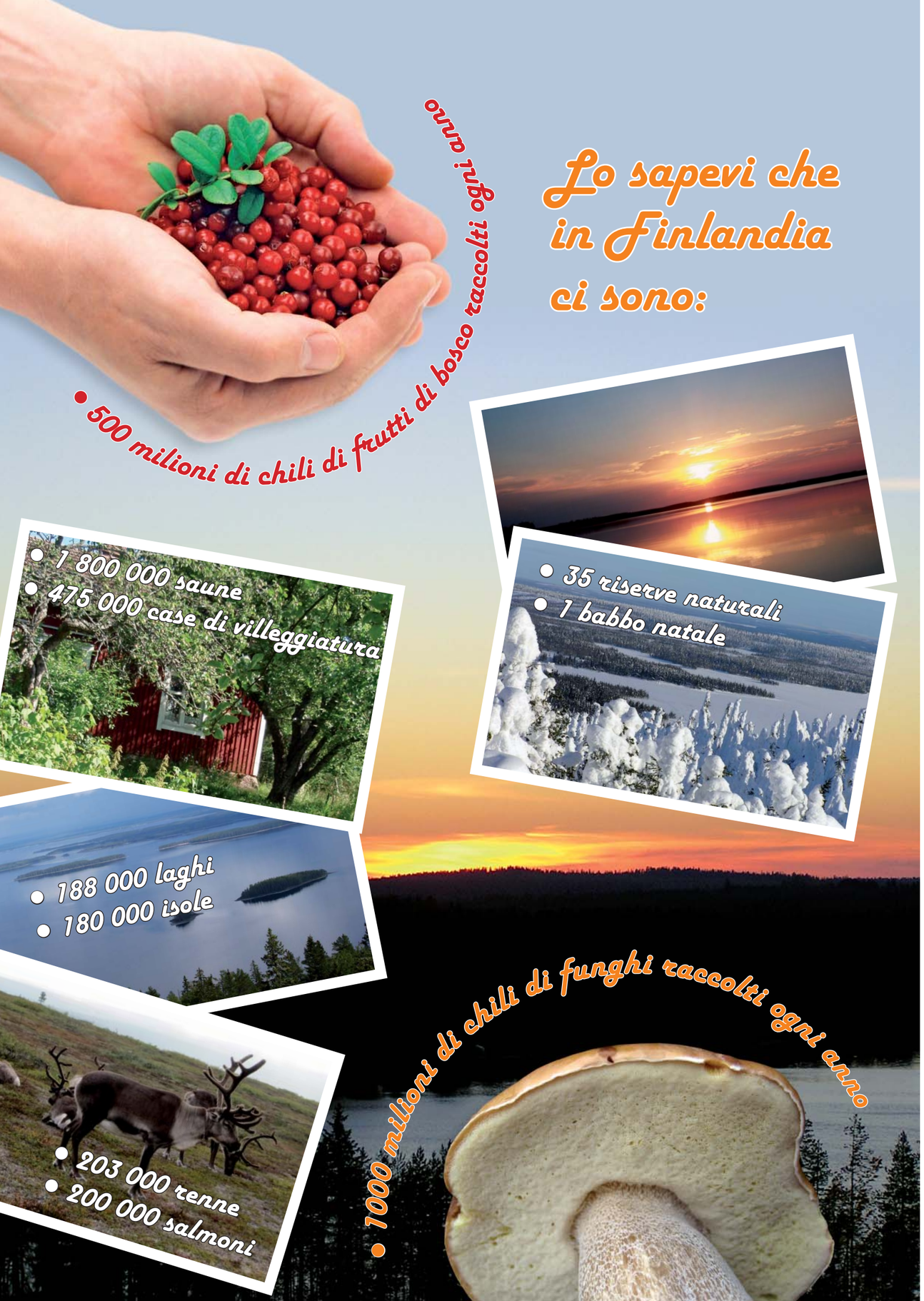
Avventure naturali in Finlandia



INTRODUZIONE

La popolazione finlandese conosce molto bene le notti bianche in estate e la neve d'inverno. In Finlandia ci sono cinque milioni d'abitanti in un'area leggermente più vasta rispetto al territorio italiano. La Finlandia è innanzitutto conosciuta per la sua natura incontaminata; foreste, laghi, fiumi e paludi e le diverse stagioni offrono una vasta gamma di attività ed avventure in qualsiasi periodo dell'anno.

La natura offre molte possibilità di praticare attività all'aperto e i percorsi naturali sono segnalati ai turisti. La luce in estate, i canti degli uccelli ed il gorgoglio dell'acqua, l'aurora boreale nel cielo invernale e i riflessi della luna sulla neve sono esperienze uniche.

Il cibo finlandese proviene dai campi, laghi e foreste finlandesi. La natura incontaminata offre degli ingredienti squisiti e freschi per la dieta giornaliera, quali per esempio: mirtilli neri e rossi, camemori, porcini, cantarelli a tromba, ortiche, salmone, coregone (pesce d'acqua dolce della famiglia dei salmonidi), anatra, renna e alce. Sapori eccellenti e cibo salutare – ingredienti presi direttamente dalla natura. I tesori delle foreste e paludi finlandesi sono molto richiesti nel settore alimentare, medico e cosmetico.

Arctic Flavours Association

DIVERSE STAGIONI

Estate:
Giugno, luglio e agosto

In estate la natura esplode e c'è solo un consiglio per l'estate finlandese: Ti conviene stare all'aperto! Le giornate in estate sono lunghe e ci sono delle attività per ogni gusto. In estate puoi godere le risorse naturali, escursioni, case di villeggiatura e le saune, feste culturali e musicali e soprattutto le notti bianche, in quanto in Lapponia il sole non tramonta mai per molte settimane!

Temperatura media:
Al sud fra +14 e +16 °C,
in Lapponia fra +10 e +14 °C.

Primavera:
Marzo, aprile e maggio

La luce della primavera risveglia la natura, le piante diventano verdi e gli animali iniziano a prepararsi per l'estate. Diverse ortiche sono al loro meglio e i primi funghi possono essere raccolti dalla foresta profumata!

Temperatura media:
Al sud fra +3 e +5 °C,
in Lapponia fra -3 e -4 °C.

Autunno:
Settembre, ottobre e novembre

I frutti di bosco e i funghi possono essere raccolti da foreste e paludi. La natura si avvolge in mille colori autunnali. Le notti si sono accorciati ma c'è sempre luce fino a tardi. Autunno è il periodo migliore per stare in natura e raccogliere i frutti di bosco e funghi.

Temperatura media:
Al sud sopra +5 °C,
in Lapponia fra –3 e –4 °C.

Inverno:
Dicembre, gennaio e febbraio

In nord e est Finlandia puoi provare a muovere in natura con la motoslitta, gli sci, le scarpe da neve, a cavallo o in una slitta trainata da renne o cani. É il periodo migliore per godere la aurora boreale in un sera invernale. Pesca d'invernale è un'attività popolare mentre il sole della primavera scalda l'aria.

Temperatura media:
Al sud fra -2 e –4 °C,
in Lapponia fra -16 e -18 °C.

FUNGHI DELIZIOSI

In Finlandia cresce un numero significativo di funghi porcini, in un buon anno i raccoglitori possono degustare questa delizia dopo averla raccolta personalmente. I funghi porcini si trovano in tutto il territorio finlandese, generalmente al sud e nella parte centrale e soprattutto nella parte centrale verso est. I funghi porcini si trovano da luglio a ottobre, la quantità dipende dalle condizioni metereologiche in mesi estivi.

La natura finlandese offre, inoltre, centinai altri funghi deliziosi. In media la raccolta dei funghi in un anno può superare i 2 miliardi di chili. I funghi si possono trovare fino ad autunno inoltrato, ma il miglior periodo va da agosto ad ottobre.

Trovare dei funghi è un compito eccitante e molto sfidante. Non richiede degli strumenti particolari, ma ad un principiante conviene andare insieme ad un esperto. Conviene raccogliere solo i funghi commestibili in quanto esistono anche dei funghi velenosi.

I fattori salutari e le grandi risorse di funghi nei boschi attraggono i finlandesi; raccogliere dei funghi è uno dei passatempi preferiti in Finlandia e sempre più spesso si preparano delle conserve. Ci sono, inoltre, molte ditta finlandesi che esportano i funghi all'estero come in Italia e Germania.

Periodi di raccolta dei funghi

	giugno	luglio	agosto	settembre	ottobre
porcino					
cantarello a tromba					
gallinaccio					
poliporo ovino					
lattario rufo					
matsutake					
lattario triviale					

Matsutake
(Tricholoma matsutake)

Poliporo ovino
(Albatrellus ovinus)

Gallinaccio
(Canterellus cibarius)

Lattario rufo
(Lactarius rufus)

Porcino
(Boletus edulis)

Lattario triviale
(Lactarius trivialis)

Cantarello a tromba
(Cantarellus tubaeformis)

SUCCOSI E COLORATI FRUTTI DI BOSCO

In estate molti tipi di frutti di bosco crescono nei boschi finlandesi e sono pronti ad essere raccolti a fine stagione ed in autunno. Essi includono il mirtillo nero, mirtillo rosso, camemoro, ossicocco, moretta comune, olivello spinoso e lampone.

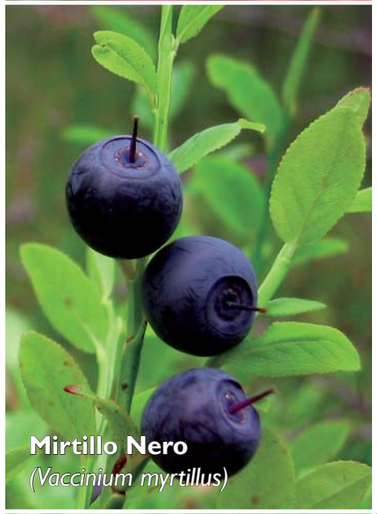
La raccolta annuale supera i 500 milioni di chili, il che equivale a oltre 100 chili per ogni finlandese. Le grandi risorse dei boschi sono sufficienti anche per i visitatori.

I finlandesi hanno da sempre considerato i frutti di bosco ricchi di sostanze salutari, e i nuovi studi lo confermano. Questi succosi "super" frutti possono essere raccolti da tutti gratuitamente.

I frutti di bosco possono essere serviti in diversi modi. Esistono moltissimi dolci a base di frutti di bosco e per esempio il mirtillo rosso può essere servito con i pasti caldi. I finlandesi conservano i frutti di bosco per l'inverno nel freezer, e li utilizzano nella preparazione di marmellate, succhi e prodotti secchi.

Periodi di raccolta dei frutti di boschi

	luglio	agosto	settembre	ottobre
mirtillo nero				
mirtillo rosso				
lampone				
camemoro				
moretta comune				
olivello spinoso				
ossicocco				



Tarassaco
(Taraxacum officinale)

ERBE AROMATICHE

La natura è ricca di erbe e il periodo migliore per raccoglierle è nella maggior parte dei casi all'inizio dell'estate, a maggio-giugno. I finlandesi utilizzano le erbe naturali come spezie per cucinare, per condire le insalate e per preparare casseruole e bevande. Le erbe possono essere conservate previa seccatura.

Per esempio l'ortica, che cresce in tutta la Finlandia, può essere utilizzata in cucina come gli spinaci. Una volta seccati è possibile utilizzare come spezie: i frutti di ginepro, le foglie di betulla, le foglie e fiori di achillea millefoglie.

Per esempio con le foglie di mirtillo nero, i fiori di trifoglio, le foglie di betulla, i fiori e piccole foglie di achillea millefoglie, i fiori di brugo e le piccole foglie e fiori di epilobio si possono preparare delle bevande calde. Le erbe aromatiche raccolte e seccate personalmente sono anche un interessante souvenir da portare a casa!

Achillea millefoglie
(Achillea millefolium)

Epilobio
(Epilobium angustifolium)

Ginepro
(Juniperus communis)

Ortica
(Urtica dioica)

Trifoglio rosso
(Trifolium pratense)

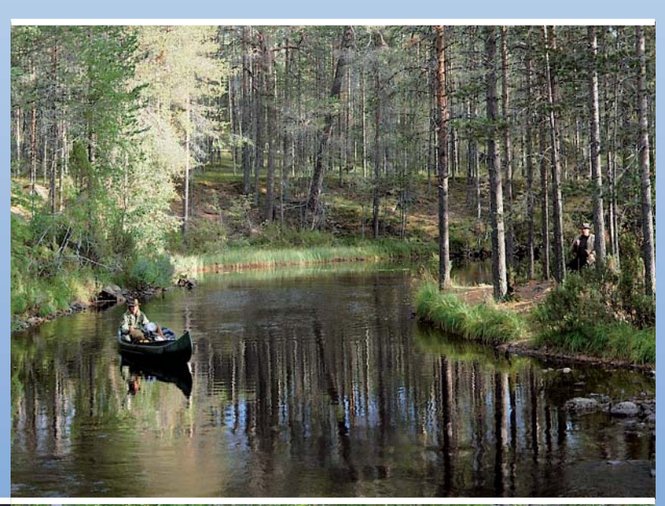
Brugo
(Calluna vulgaris)

Betulla pelosa
(Betula pubescens)

ANIMALI SELVATICI E ATTIVITà

Si organizzano delle escursioni guidate per osservare e fotografare gli animali selvatici; per esempio il re dei predatori, l'orso, può essere avvistato durante specifiche escursioni guidate. Per conoscere meglio gli animali finlandesi i visitatori possono partecipare ai safari, escursioni in slitta trainata da cani o renne, visitare gli agriturismi, gli zoo naturali e fare delle escursioni nella natura.

Tutta la popolazione ama fotografare la natura in quanto è molto facile trovare le bellezze naturali. Le fotografie sono anche un bellissimo souvenir da portare a casa! Le fotografie degli animali selvatici sono uniche e preziose!



ATTIVITà FINLANDESI

I finlandesi amano lo sport. Esistono molti sport che vengono praticati con degli strumenti speciali, fanno parte della vita quotidiana e sono molto diffusi. L'offerta include molti sport a stretto contatto con la natura.

La natura finlandese offre molte possibilità per praticare diverse attività. Le attività più comuni in estate sono la pesca, l'escursionismo, la raccolta di frutti di bosco e funghi. D'altro canto in inverno molte persone sciano, fanno un bagno nell'acqua ghiacciata e vanno in motoslitta.

I finlandesi amano anche le iniziative rare e speciali. Per esempio i visitatori possono assistere o partecipare ai seguenti eventi realizzati con un pizzico di senso dell'umore: competizione di trasporto della moglie, sci nella palude e calcio sulla neve, i mondiali di raccolta di frutti di bosco e i mondiali di chitarra d'aria.

Per completare la loro vacanza immersa nella natura i visitatori possono imparare la storia e lo stile di vita locale, assistere agli eventi musicali ed ammirare l'arte locale. I souvenir includono gli artefatti tradizionali ed artistici, spesso realizzati in legno.

La pesca è un'attività molto diffusa e praticata nelle acque limpide. Si può pescare liberamente sia in estate che in inverno.

CIBO NATURALE E LOCALE

La cultura culinaria finlandese sta ritornando alle sue radici utilizzando sempre di più i prodotti naturali e locali. I frutti di bosco e funghi, che crescono in mezzo alla natura selvatica, sono alcuni dei migliori prodotti ecologici, in quanto non richiedono l'utilizzo di macchine, fertilizzanti o prodotti di protezione delle piante.

La cultura culinaria finlandese si differenzia leggermente da quelle degli altri paesi nordici. Le specialità finlandese sono: coregoni fritti, pagnotta al navone, tortine chiamate "rönttöset", tortine di carelia e formaggio lappone a forma di piadina.

PERNOTTAMENTO – LUSSO O LE TRADIZIONI

Ci sono diverse tipologie di pernottamento, da strutture lussuose a case immerse nella natura. In un agriturismo potete vedere da vicino la vita nella campagna finlandese. Per stare a stretto contatto con il paesaggio locale ci sono delle case immerse nella natura, oppure la possibilità di campeggio lontano dalla città. In mezzo alla natura esistono anche delle ville lussuose, in grado di soddisfare ogni esigenza.

Nelle città e nei centri turistici ci sono hotel e spa che, oltre alla sauna, offrono diversi bagni e trattamenti.

Quasi tutte le tipologie di pernottamento includono la possibilità di fare la sauna finlandese. Esistono molti tipi di sauna: dalla sauna antica di fumo alle moderne saune nei centri spa.

Tradizionalmente i finlandesi trascorrono le vacanze nelle case di villeggiatura godendosi la natura, la barca, la sauna ed i laghi.

"JOKAMIEHENOIKEUDET" – DIRITTI DI OGNI CITTADINO

Secondo i diritti di ogni cittadino è possibile:

- Muoversi nella natura a piedi, con gli sci, a cavallo o in bicicletta.
- Pernottare temporaneamente in zone dove l'accesso è permesso - per esempio campeggiare purchè a debita distanza dalle abitazioni.
- Raccogliere liberamente frutti di bosco e funghi, fiori ed erbe che non siano specie protette.
- Pescare e andare in barca, nuotare e lavarsi nelle acque, prendere l'acqua potabile e andare sul ghiaccio.

I diritti di ogni cittadino offrono una possibilità unica di muoversi liberamente nella natura finlandese e godersi le risorse dei boschi. Un buon 90% della superficie finlandese è utilizzabile per l'escursionismo e la ricreazione secondo i diritti di ogni cittadino. È da notare che i diritti di ogni cittadino riguardano anche i visitatori stranieri in Finlandia.

Per muoversi in mezzo alla natura non è richiesto il permesso del proprietario del terreno e non costa niente. Tutti possono raccogliere liberamente i frutti di bosco, i funghi e le piante. Esistono, tuttavia, dei prodotti naturali che non si possono raccogliere secondo i diritti di ogni cittadino, tra i quali le foglie degli alberi, germogli, rametti, lichene, muschio, corteccia, salice, pigne e prodotti particolari come la linfa. Per raccogliere questi prodotti particolari bisogna chiedere il permesso al proprietario del terreno.

I diritti di ogni cittadino riguardano anche la responsabilità di mantenere pulita la natura. Non è permesso disturbare la tranquillità della natura e lasciare i rifiuti in giro, ed il vandalismo è considerato un crimine.

The European Agricultural Fund for Rural Development: Europe investing in rural areas

From Nature to You
ARCTIC FLAVOURS
www.arctic-flavours.fi

Arctic Flavours Association
Kauppakatu 20 FIN-89600 Suomussalmi
Tel. +358-8-6155 5590, fax +358-8-655 5592
info@arctic-flavours.fi
www.arctic-flavours.fi

FINLANDIA IN BREVE

Popolazione: 5 364 418

Superficie: 338 424 m², di cui 10% acque

Appartiene alla zona climatica mite tranne la parte settentrionale del paese. La vegetazione è composta dai boschi di conifere.

Capo dello stato: Presidente della repubblica Sig.ra Tarja Halonen

Membro dell'UE dal 1995

Valuta: 1 euro € = 100 centesimi

Nazionalità:
Finlandia 5 351 427, Russia 28 210, Estonia 25 510, Svezia 8 506, Somalia 5 570.

Religione: Evangelico luterana (80% della popolazione) e ortodossi (1,1% della popolazione).

Indipendenza: 6/12/1917

Capitale: Helsinki, abitanti circa 585 693

Le città più grandi: Espoo, Tampere, Vantaa, Turku e Oulu.

Fuso orario:
GMT +2, in estate GMT +3

Lingue ufficiali: finlandese 90,7% e svedese 5,4%.

PIL (2009): 171 miliardi di euro

Struttura economica:
- servizi 66,5%
- Industria forestale e tecnologia: circa 28%

(risorsa: Suomi.fi)
Per maggiori informazioni: www.visitfinland.com

Foto: Arctic Flavours Association, Suomussalmi Tourist Office, Sig. Henri Lehtinen e Sig. Hannu Huttu.