

fuori orario

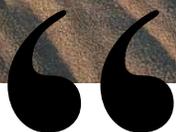
CURIOSITÀ,
PIACERI,
METE E
TEMPO PER SÉ

VACANZE ALLA FINLANDESE

Quando arriva la bella stagione, la gente di qui si gode i laghi, le isole e i boschi di betulle. L'abbiamo fatto anche noi **esplorando l'arcipelago a due ore da Helsinki e un cammino nella zona centrale del Paese**. Giorni indimenticabili fra saune, letture e pause gourmet

di Laura Sommariva

Un tuffo nel Mar Baltico alla sauna Löyly di Helsinki (loylyhelsinki.fi)



La luce e un sole che non tramonta mai rendono speciale l'estate in Finlandia, terra di laghi e boschi di betulle

In alto a destra, le spiagge deserte di Jurmo, una delle isole più remote dell'Archipelago. A sinistra: il panorama di Turku dal roof bar del WALO, qui a fianco gelati alle gemme di pino da Smör, a Turku, e, sotto, ciclisti lungo i 250 km dell'Archipelago Trail, perfetti da percorrere in bici.

È L'ARCIPELAGO più grande del mondo, circa 50mila isole, di cui soltanto 160 abitate, che punteggiano il Mar Baltico di fronte alla città di Turku, a circa due ore da Helsinki (visitparainen.fi/en). L'estate è l'ideale per percorrere l'intero anello di 250 km dell'Archipelago Trail, un itinerario adatto a ogni mezzo, dalla bici all'auto, ma perfetto anche da fare a piedi. Il percorso del trail è composto da una moltitudine di ponti da attraversare e da otto traghetti che non richiedono prenotazione e sono tutti gratuiti, tranne uno. Una volta scoperto, questo paesaggio di verde, acqua e mokki (le abitazioni caratteristiche, piccoli cottage in legno spesso dotati di sauna) attrae chi rincorre da tempo l'idea di una vacanza nella natura e all'aria aperta.

TURKU, LA PORTA D'INGRESSO

Ci sono città che il passato ha reso importanti e una di questa è Turku, capitale della Finlandia fino al 1812 e sede di un'importante università. Punto di partenza ideale per visitare l'Archipelago, merita un paio di giorni per la sua atmosfera vivace, gli ottimi ristoranti e lo shopping, soprattutto nei numerosi negozi vintage, una passione tipicamente finlandese. Sviluppata lungo il fiume Aura, nel 1827 ha perso gran parte delle sue pittoresche casette di legno a causa di un grande incendio. Sono rimaste intatte soltanto nel quartiere Fortuna, che merita una visita insieme al Castello medievale e all'antico mercato coperto Kauppahalli, dove si può pranzare gustando specialità locali. Anche nel parco attorno alla cattedrale si trovano alcuni piacevoli ristoranti, mentre la terrazza del Walo è perfetta per un panoramico aperitivo al tramonto.





Carnet

COME ARRIVARE E COME SPOSTARSI

Finnair e altre compagnie volano a Helsinki dall'Italia. Dall'aeroporto c'è un bus diretto per Turku (circa 2 ore). **Wizzair** ha voli diretti da Roma per Turku (circa 3 ore il viaggio). L'autobus dell'arcipelago (numeri 901 e 904) collega Turku, Pargas, Nagu, Korpo e Houtskär.

DOVE DORMIRE

A Turku lo **Scandic Hamburger Brös** ha una posizione comoda, camere accoglienti e una bella terrazza panoramica all'ultimo piano (scandichotels.de). Sull'isola di Houtskär, l'**Hotel & Restaurant Hyppeis** ha un'atmosfera idilliaca vicino all'acqua e un'ottima cucina con un diverso chef ogni settimana (hotelhyppeis.fi).

DOVE MANGIARE

A **Turku**, la cucina più celebre è quella dello stellato **Kaskis**, diretto da Erik Mansikka e Simo Raisio una coppia di chef molto rock. La loro lista di attesa è lunga, meglio prenotare per tempo (kaskis.fi/en). Lo **Smör** ha un'ambientazione suggestiva, vicino al fiume, nell'ex ufficio del telegrafo (restaurant-smor.dk). Al mercato coperto, pesce sempre fresco al bistro **Herkunuotta** (solo a pranzo, herkunuotta.fi).

LO SHOPPING

Bestfromthepast ha raccolto in una mappa su Instagram i negozi vintage più interessanti.

I SITI DA CONSULTARE

en.visitturku.fi e visitfinland.com
Per organizzare l'Archipelago Trail visitparainen.fi/en/

IL GIRO NELLE ISOLE

Quando si organizza il giro delle isole, si visitano in genere le più grandi, come Pargas, Nagu, Korpo, Houtskär e Iniö, dove si trovano molte soluzioni per l'alloggio, negozi, chioschi e ristoranti. Nel porticciolo di Nagu, per esempio, c'è una distilleria di gin che profuma di aghi di pino, alcuni negozi di piccolo antiquariato e una pescheria che affumica il pesce fresco su richiesta. Richiede tempo, ma ne vale la pena, spingersi anche fino alle isole minori, come Utö, dove si trova il faro più antico del Paese, sempre in funzione dal 1814. Per i più avventurosi, invece, ci sono safari in canoa di alcuni giorni fino ai confini più remoti dell'arcipelago organizzati da Aavameri. Di giorno si esplorano le coste e di notte si dorme con il sacco a pelo nella lunga ora blu della notte finlandese, per un'emozionante immersione nella natura più selvaggia (aavameri.fi/en).



In alto, un ricovero di barche nell'Archipelago. Bacche ed erbe selvatiche non mancano mai nei piatti, anche in quelli raffinati del Grön di Helsinki, qui a destra.



©RIPRODUZIONE RISERVATA



A sinistra, un passaggio nel bosco; qui sopra, un'immagine della zona centrale dei laghi; sotto, gli zaini dei partecipanti al trekking caricati alla fine del cammino.

Il mio fantastico CAMMINO **WILD**

IL GIRO A PIEDI Ho iniziato qualche anno fa a fare lunghi cammini e da lì si è aperta una porta che non ho ancora chiuso. Camminare è viandanza, è pellegrinaggio, è una forma rinnovata di turismo, un turismo lento. Le terre e le regioni attraversate ti entrano dentro. Sarà che è dai piedi che penetra l'energia vitale, ci insegna il taoismo, e proprio da lì sono entrate dentro di me culture, sapori, immagini, luoghi e gente. Dal Carso alla Ciociaria, da Santiago a Matera e alla via Francigena. Il pan tomate, il polpo alla gallega, il pivo (birra), il frico e le erbe. Le doline, le gravine, i chiostrì, i viadotti (moltissimi in Spagna). Del cammino è stato detto molto, non si contano le metafore, ma è vero: è un po' come la vita. Tu segui una traccia, il gps o la guida, ma poi ci sono gli imprevisti, le casualità. A volte brutti, e ti rammarichi. Avresti potuto fare e organizzare meglio, scegliere con cura soste e compagni. Di compagni di viaggio se ne fanno tanti, di amici alcuni. Con loro, oltre al cammino, condividi un sentire comune della vita che ti fa stare bene e in cui ti ritrovi. Per questa estate 2023 ho programmato, con la mia buona amica e compagna di avventure Roberta, un cammino in Finlandia organizzato dalla Compagnia dei Cammini. Questo viaggio era tra le mete sognate da tempo e così ho iniziato a camminare con la mente ben prima che sulle mie gambe, alla ricerca di natura e di giorni infiniti. Sono partita nel mese di giugno, sulla soglia del solstizio di estate, quando la luce del giorno invade la notte, e ho camminato con la guida Daniele e un gruppo di 15 valorosi per una settimana per oltre 150 km nella regione centrale dei mille laghi.



UN PAESAGGIO FATTO DI BOSCHI La Finlandia è un lungo paese stretto tra la Svezia, a cui si ispira, e la Russia, che teme. Conta 5 milioni di abitanti in un immenso territorio. Il paesaggio è piatto, con boschi di betulle e abeti, caratterizzato dalla taiga: il terreno è morbido come una nuvola, fatto di muschio e acqua. I mosquitos colpiscono anche qui.

COME SONO I FINLANDESI? Sono un popolo fiero, schivo, molto onesto, accogliente, con una caustica ironia. Abbiamo riso ai piedi degli alberi, noi stanchi morti, leggendo *Piccoli suicidi tra amici* di Arto Paasilinna. «I nemici più pericolosi dei Finlandesi sono la malinconia, la tristezza, l'apatia»: inizia così questo famoso e spassosissimo romanzo.

IL RITO DELLA SAUNA La sauna è l'inaspettato del mio viaggio. Non è una Spa, come noi la intendiamo. Viene fatta rigorosamente nudi e ha tre scopi principali: pulirsi, depurarsi, scaldarsi, poi prevenire le malattie d'inverno e ritrovarsi tra donne (gli uomini tra loro) e chiacchierare. È un ritrovo sociale, una piazza di legno dove ci si scambiano confidenze, consigli e molte risate. I finlandesi alternano la sauna, rigorosamente scaldata a legna (e non elettrica), con un tuffo nel lago freddissimo. Ogni famiglia possiede un piccolo cottage nella natura, il mokki, e a fianco una casetta in legno, la sauna, per un irrinunciabile rituale familiare e tra amici. Una volta terminata ti aspetta sempre una birra fredda.

VITA DI COMUNITÀ Viaggiare nei paesi scandinavi è molto costoso per noi, ma grazie alla ospitalità degli abitanti dei territori attraversati abbiamo percorso un cammino dal budget contenuto. Siamo stati accolti nelle case, nelle scuole, nei centri delle comunità. Le famiglie hanno cucinato per noi ottime zuppe di salmone, spezzatini di cervo, purè di patate sempre accompagnati dalla marmellata di ribes e frutti di bosco. Il pane è scuro, di segale.





In viaggio

MARIA CHIARA ROTI, autrice di questo testo (nella foto sotto è al centro), è lettrice appassionata di *Donna Moderna*, viaggiatrice e viandante, mamma e operatrice sociale. Lavora per la Fondazione Ronald McDonald, dove guida i programmi di accoglienza per famiglie e bambini in cura negli ospedali pediatrici. Il viaggio che racconta è partito da Multia (cammini.eu). Al rientro ha piantato due betulle nel suo giardino.



Sopra, la tipica koto dove le persone si radunano intorno al fuoco. Qui accanto, da sinistra, l'amica Roberta, Maria Chiara, autrice dell'articolo, e l'artista finlandese Marjaleena Pohjola-Valkola. A destra, altare di sassi in omaggio alla natura.



IL GRUPPO ALLA PROVA Mi ha insegnato molto questo cammino. Innanzitutto molti dei componenti del gruppo sono persone che si occupano di persone: alcuni medici, un'ostetrica, un'infermiera, un'insegnante. Intrigante capire il legame tra la ricerca della natura e la cura dell'uomo. Chi cura ha bisogno di essere curato e nella natura si trovano le risorse e le risposte per l'uomo malato. In una settimana, dormendo nel sacco a pelo per terra (in una unica stanza e un unico bagno) non abbiamo mai avuto un momento di discussione, di difficoltà o di insofferenza. Molte risate e una divisione netta: i russatori e i non. Una prova sociale e umana su cui ancora mi interrogo a settimane di distanza.

LA BETULLA, ALBERO SIMBOLO Ne ho viste così tante per giorni e giorni, alte e ondose, e ho incominciato ad apprezzarne la bellezza, il significato. La notte di San Giovanni, il 24 giugno, è il *midsummer*, la festa più attesa dell'anno dai finlandesi che partono per una vera e propria vacanza. Quella notte ogni famiglia mette due betulle davanti alla porta, un rito propiziatorio. E, come ci ricorda Mario Rigoni Stern nel suo *Arboreto salvatico*, «le popolazioni del Nord amano questo albero più di ogni altro. Lo divinizzano: è la scala per il cielo».

LA CRISI DEL TERZO GIORNO Camminare è attivare energie dormienti, abbandonare la routine, stare sempre all'aria aperta (per me abituata all'ufficio, alla

macchina, alla casa, al treno). Il mio corpo poco allenato ha avuto bisogno di giorni per riattivarsi e adattarsi ad uno sforzo eccezionale: 30 km al giorno con zaino in spalla. Ho avuto una forte crisi il terzo giorno; mi mancavano il caffè, le mie abitudini e la mente ha iniziato a divagare: ero incerta se fuggire, spingermi ancora più a Nord oppure tornare a Helsinki dove attendere il volo di ritorno. Ho aspettato la fine della crisi e ho deciso di continuare. La pazienza e superare le prove è ciò che mi insegna il cammino.

NEGLI ULTIMI KM IL CAMBIAMENTO

L'ultimo giorno ho affrontato una tappa di 30 lunghissimi km; nel tratto finale, quello in cui di solito si avverte la stanchezza, le gambe si fanno dure e si chiede al compagno: «Ma quando arriviamo?», ho sentito un cambiamento. I passi sono diventati leggeri, così come il mio spirito. Percepivo allegria e leggerezza, lo zaino non pesava più, non pensavo all'arrivo, ma solo che avevo camminato e faticato così tanto per arrivare a sentire quel breve momento in cui corpo e spirito provano la stessa meravigliosa sensazione di felicità. La stanchezza non esisteva più, aveva trovato posto una nuova fantastica energia creatrice. L'energia del cammino.

©RIPRODUZIONE RISERVATA