

Finlande : mode d'emploi pour réussir son séjour en cottage

5 juin 2019 – À l'arrivée des beaux jours, les Finlandais se réfugient dans leurs résidences secondaires : les chalets en rondins de bois. Situées au cœur de la nature et le plus souvent au bord des 188 000 lacs qu'abrite le pays, ces cabanes douillettes sont un élément central du mode de vie finlandais. En effet, on en compte 500 000 pour 5,5 millions d'habitants. Traditionnellement, les locaux profitent de la saison estivale pour s'adonner à la vie de chalet, propice au retour à l'essentiel, à la déconnexion et au ressourcement ... Zoom sur l'art de vivre estival dans la région des lacs.



Crédit : Anneli Hongisto / Visit Finland

Revenir à l'essentiel le temps d'un été

La localisation en pleine nature est l'une des raisons qui justifie l'attachement des Finlandais à leur chalets d'été. Entre les forêts verdoyantes et les eaux scintillantes du plus grand territoire lacustre d'Europe, le cadre est idéal pour établir une coupure avec l'effervescence de la vie urbaine. Les activités principales sur place consistent à se nourrir des produits frais et locaux alentours, à boire l'eau très pure des lacs voisins, à s'y baigner et profiter des longues soirées ensoleillées.

Séjourner dans un chalet finlandais, c'est revenir à un mode de vie simple : le confort y est rudimentaire et l'équipement sommaire. Alors que l'eau courante et l'électricité ne sont pas toujours garanties, tous les « kesamokki* » sont en revanche équipés d'un sauna.

Pour trouver le cottage parfait : <https://bit.ly/30EKhuK>

Se relaxer comme un Finlandais : l'art du sauna

Les Finlandais se détendent et évacuent le stress en le transpirant, grâce au sauna. Ce rituel est véritablement une tradition nationale, puisque l'on compte 3 millions de saunas en Finlande. On les retrouve inévitablement dans les cottages où ils sont le plus souvent constitués de bois (le type de sauna le plus apprécié).

Partie intégrante de la vie de chalet, cette pratique permet de purifier l'esprit et le corps, et elle peut s'enrichir d'un bain frais dans les lacs alentours. L'expérience équivaut à un cocooning estival, propice au bien-être et à la reconnexion avec soi.

Les « Mökki”, autrement dit les cottages d’été, sont aussi associés à l’art de ne rien faire, de vivre au ralenti. La relaxation et la détente sont alors les maîtres mots et l’absence de pollution sonore permet de réellement se retrouver soi-même, autant qu’avec les autres.

Le sauna, mode d’emploi par [ici](#)

Vivre l’instant présent

Les moments de convivialité sont au cœur de ces échappées estivales. Les Finlandais en profitent pour se retrouver, apprécier le moment présent et renforcer les liens avec les personnes qui leur sont chères. Les sorties en canoë ou en bateau, les baignades et la pêche sont des activités incontournables que tous les estivants aiment partager avec leur famille et amis.

L’art de vivre estival dans la région des lacs fait partie intégrante de l’identité finlandaise. En se retirant dans ses chalets traditionnels, le peuple Finlandais entretient son lien avec la nature, revient aux choses simples et place le bien-être au centre de séjours on ne peut plus authentiques.

Plus d’informations sur la région des lacs en Finlande [ici](#).

Lien vers une sélection d’images : <https://bit.ly/2HuAQGK>

* *chalets traditionnels*

A propos de Visit Finland | Visit Finland, l’Office du Tourisme de Finlande, est un organisme public dédié à la promotion de la Finlande comme destination incontournable pour les voyageurs étrangers. Visit Finland travaille étroitement avec les bureaux de tourisme des différentes régions finlandaises, les partenaires locaux, les sociétés de transport et les ministères qui font la promotion de la Finlande à travers le monde. Visit Finland fait maintenant partie de Business Finland. www.visitfinland.com

A propos de Business Finland | Business Finland est l’organisation finlandaise pour le financement de l’innovation, le commerce, l’investissement et la promotion des voyages, dont le siège est à Helsinki. Business Finland est entièrement détenue par le gouvernement finlandais. Business Finland emploie 600 experts dans 40 bureaux dans le monde et 20 bureaux régionaux en Finlande. BF fait partie du réseaux Team Finland. www.businessfinland.com

Pour plus d’informations :

GroupExpression - Contacts presse : Géraldine Charollais et Sarah Ayad
geraldine@groupeexpression.fr – sarah@groupeexpression.fr – Tel. 01 58 01 01 30