

**ATLANTIC TRAVEL & TOURS**

**NORD EUROPA**

**VIAGGI OVER 65**

**RELAX E CULTURA: ESPERIENZE IMPERDIBILI PER OVER 65 IN  
NORVEGIA, SVEZIA, FINLANDIA E PAESI BASSI**



**[WWW.VISITATLANTICTRAVELTOURS.COM](http://WWW.VISITATLANTICTRAVELTOURS.COM)**

## DAL CEO - FONDATORE

---

Cari viaggiatori,

Immaginate di riscoprire il piacere di viaggiare con calma, senza fretta, lasciandovi guidare dalle curiosità e dai panorami che vi circondano.

Ogni luogo ha una storia da raccontare, ogni esperienza è un invito a vivere il momento, a **sentire il ritmo dei luoghi** e a **gustarne l'essenza**.

Pensate a passeggiate tra borghi storici, tra vicoli che raccontano tradizioni antiche, o a momenti di quiete immersi in paesaggi naturali che sembrano sospesi nel tempo. Lasciatevi avvolgere dall'atmosfera delle città d'arte, dai musei, dai mercati locali, dalle colline e dai laghi che invitano a una pausa di contemplazione e piacere.

Questa brochure è un invito a sognare con i sensi aperti: ogni pagina offre spunti, colori, profumi e suggestioni per aiutarvi a immaginare un viaggio fatto su misura per voi. Non è solo una raccolta di destinazioni, ma una guida per esperienze che combinano **cultura, natura e comfort**, permettendovi di godere appieno di ogni momento.

Sfogliatela con curiosità, **lasciatevi ispirare**, e iniziate a progettare un viaggio che celebri il piacere di scoprire il mondo a modo vostro.



*Steve Tabacchi*

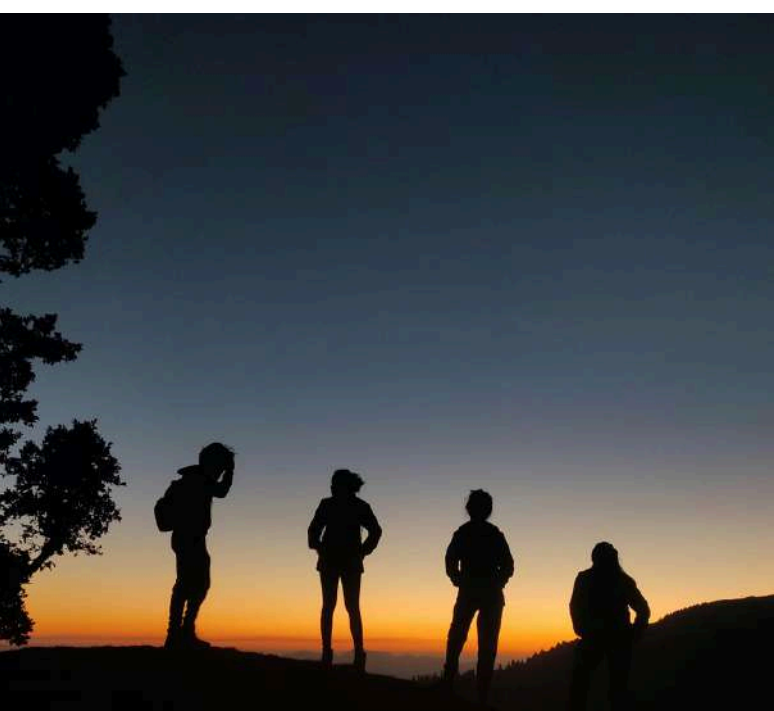
DR. STEVE TABACCHI  
CEO - FOUNDER  
ATLANTIC TRAVEL & TOURS

A night sky with a green aurora borealis over a rocky landscape. The aurora consists of two bright, vertical green bands of light that curve slightly towards the center. The sky is dark with many small, bright stars. The foreground shows a dark, rocky terrain with some snow or ice patches, illuminated by the green light of the aurora.

## **PERCHÈ VIAGGIARE CON NOI**

**SCOPRITE PERCHÉ IL  
NOSTRO TOUR OPERATOR È  
UNICO E INIMITABILE!**

# VIAGGI SU MISURA PER TUTTI



## I NOSTRI ITINERARI DI VIAGGIO

Organizziamo esclusivamente itinerari per viaggi innovativi e originali fuori dai sentieri battuti del turismo di massa. Desideriamo che ciascun cliente sia il protagonista del suo viaggio.

## LE NOSTRE CLASSI DI VIAGGIO

Organizziamo viaggi per le seguenti classi:

- **FIRST**
- **PREMIUM**
- **ECONOMY**

# ORGANIZZIAMO ITINERARI CON I SEGUENTI TRASPORTI



## AUTO

- ✓ NOLEGGIO



## VAN

- ✓ NOLEGGIO
- ✓ TOURS PROGRAMMATI CON AUTISTA



## PULLMAN

- ✓ SERVIZI CHARTER CON AUTISTA
- ✓ TOURS PROGRAMMATI CON AUTISTA



## CAMPER

- ✓ NOLEGGIO

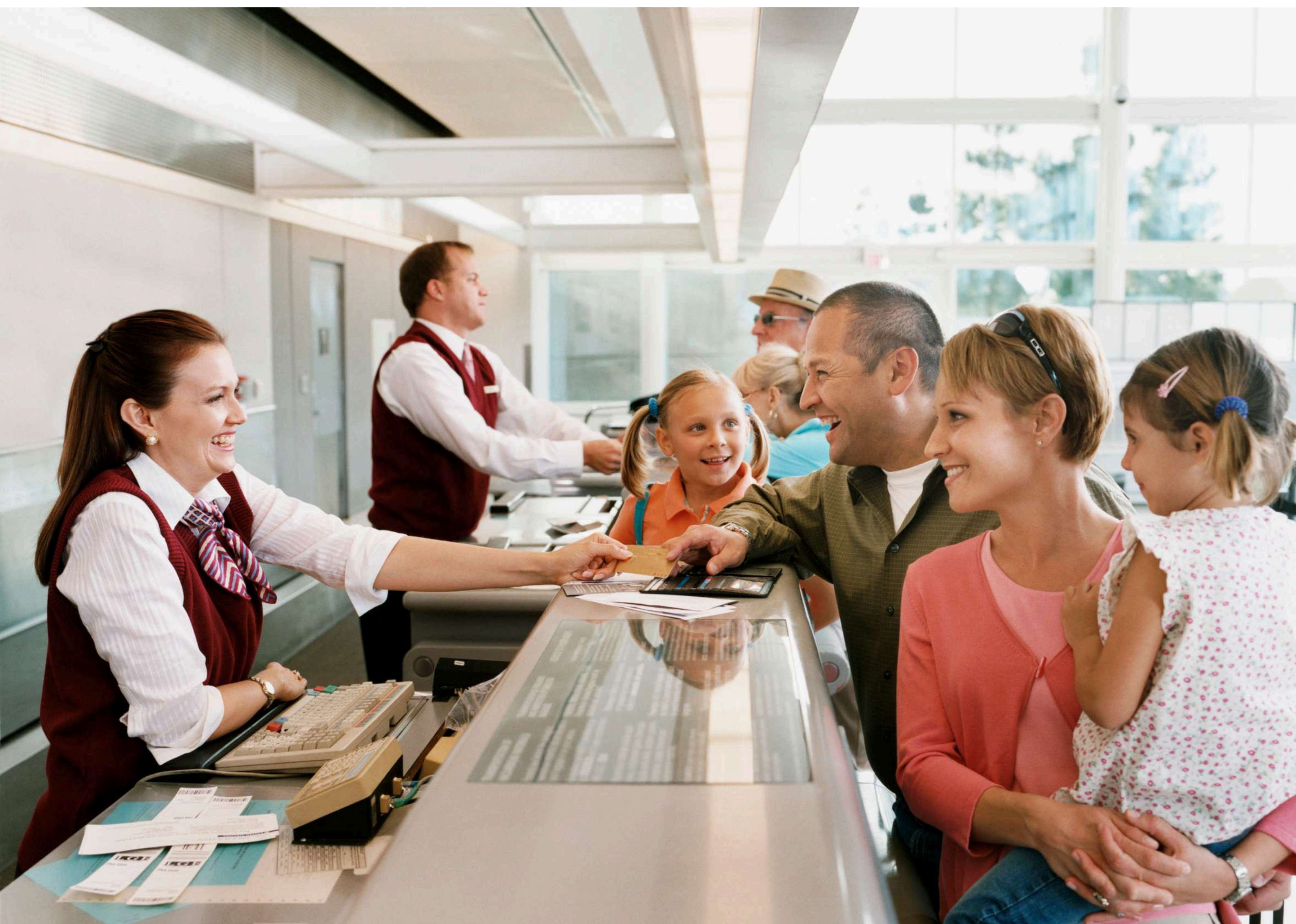


## MOTO

- ✓ SERVIZI CHARTER
- ✓ TOURS PROGRAMMATI

# CHECK IN E BAGAGLIO REGISTRATO PRIORITARIO

Dite addio alle lunghe attese al check-in! Con il nostro servizio di check-in prioritario, potrete ritirare la vostra carta d'imbarco e lasciare il bagaglio registrato in un batter d'occhio! Siamo sempre pronti a offrirvi questa opzione, in base alla disponibilità delle compagnie aeree, per rendere i vostri viaggi ancora più confortevoli, sia che viaggiate in premium che in economy class. **Non perdetevi tempo, scegliete il comfort!**



# ELIMINATE LE CODE IN AEROPORTO CON IL SERVIZIO FAST TRACK



Sappiamo quanto possa essere frustrante aspettare a lungo in aeroporto per i controlli di sicurezza! Per questo motivo, ci impegniamo a includere sempre nei nostri viaggi l'accesso alla corsia preferenziale, così potrete saltare la coda e godervi il vostro tempo senza stress.

Il servizio è disponibile in base alla disponibilità di ciascun aeroporto, quindi non possiamo garantirne sempre la presenza. Tuttavia, siamo lieti di informarvi che è stato implementato nella maggior parte degli aeroporti da noi utilizzati. **Non perdetevi questa opportunità!**





# COMFORT NELLE LOUNGES AEROPORTUALI

Un tempo riservate esclusivamente ai passeggeri di business e first class, oggi le lounges aeroportuali sono accessibili anche a chi viaggia in altre classi! Offriamo il massimo del comfort e del lusso per rendere la vostra esperienza in aeroporto indimenticabile. Nei nostri pacchetti viaggio, cerchiamo sempre di includere l'accesso a queste esclusive aree nei punti di partenza e arrivo (compatibilmente con la disponibilità degli aeroporti e delle compagnie aeree). Rilassatevi, gustate prelibatezze culinarie, sorseggiate bevande raffinate e approfittate di docce rinfrescanti, il tutto in ambienti eleganti e silenziosi. **Non perdetevi questa opportunità unica!**



# ALTRI SERVIZI

LE NOSTRE ECCELLENTI  
PARTNERSHIP CON I VARI  
FORNITORI CI PERMETTONO  
DI OFFRIRE AI NOSTRI  
CLIENTI IL MEGLIO DEI  
SEGUENTI SERVIZI

**SPEDIZIONE ANTICIPATA BAGAGLI**  
**VISTI TURISTICI**  
**CAMBIO DI VALUTA**  
**POLIZZE ASSICURATIVE**



	AUD	7.01
	NZD	5.05
	JPY	0.0913
	GBP	11.23
	EUR	9.71
	SGD	5.35
	CHF	7.01



# VIAGGIA SEMPRE CON UNO SCONTO ESCLUSIVO!



**-20%**

- **ATTIVO TUTTO L'ANNO**
- **PER TUTTE LE CATEGORIE DI VIAGGIATORI**
- **NESSUN LIMITE DI SPESA MINIMO RICHIESTO**



# FOTOGRAFO VIAGGI

PER UN TOUR DA RICORDARE  
**PER SEMPRE**



Alcuni viaggi sono speciali: un viaggio di nozze, un anniversario di matrimonio con rinnovo dei voti matrimoniali oppure un momento per stare insieme con cari amici o parenti. Occasioni belle come quelle appena menzionate saranno ricordate mediante delle fotografie e video professionali. Se siete interessati ad includere nel vostro prossimo viaggio questa opzione, siamo felici di poter offrire il nostro supporto con fotografi che potranno rendere il vostro viaggio un ricordo duraturo.



## **UNA PERSONA GRATIS OGNI 15 PAGANTI**

Approfittate della nostra formula **sempre attiva**. Se avete la possibilità di portare **almeno 15 persone** una persona avrà il viaggio **gratis**. Provate a pensare a qualsiasi persona che potrebbe essere interessata tra parenti, amici, ex colleghi di lavoro o altri e ricordate che se avete bisogno di un accompagnatore o guida turistica che possa assistere voi e il vostro gruppo per tutta la durata del tour possiamo offrire anche questo servizio



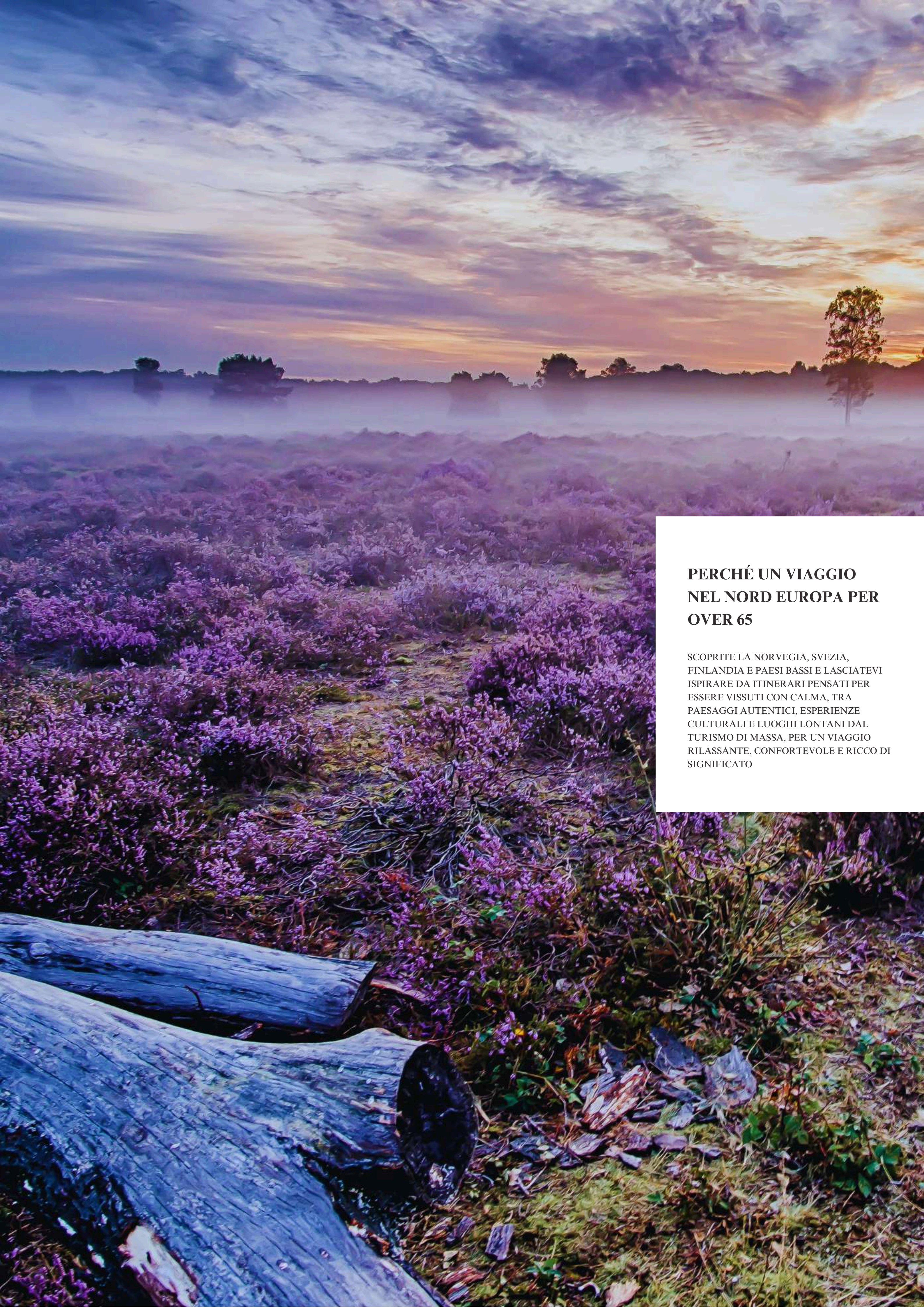
## **IL NOSTRO SOSTEGNO PER LA SALVAGUARDIA DEL PIANETA E LA RICERCA SUL CANCRO**



CON I NOSTRI VIAGGI, VOGLIAMO  
OFFRIRE AI NOSTRI CLIENTI  
L'OPPORTUNITÀ DI CONTRIBUIRE PER  
ORGANIZZAZIONI SENZA SCOPO DI LUCRO  
IMPEGNATE A RISOLVERE I SEGUENTI  
PROBLEMI GLOBALI



- CONSERVAZIONE DELLA FLORA -  
FAUNA
- RISCALDAMENTO GLOBALE
- RICERCA SUL CANCRO



**PERCHÉ UN VIAGGIO  
NEL NORD EUROPA PER  
OVER 65**

SCOPRITE LA NORVEGIA, SVEZIA,  
FINLANDIA E PAESI BASSI E LASCIATEVI  
ISPIRARE DA ITINERARI PENSATI PER  
ESSERE VISSUTI CON CALMA, TRA  
PAESAGGI AUTENTICI, ESPERIENZE  
CULTURALI E LUOGHI LONTANI DAL  
TURISMO DI MASSA, PER UN VIAGGIO  
RILASSANTE, CONFORTEVOLE E RICCO DI  
SIGNIFICATO

# IL NORD EUROPA PER CHI DESIDERA VIAGGIARE CON CALMA E CONSAPEVOLEZZA



Ci sono momenti della vita in cui viaggiare assume un significato diverso: non più la ricerca della quantità di esperienze, ma il valore del tempo, della comodità e della qualità delle emozioni. Il viaggio diventa un ritmo più lento, costruito sull'ascolto dei propri tempi e sulla possibilità di vivere ogni luogo senza fretta.

Per chi ha superato i 65 anni, un itinerario ben progettato non è solo una scelta pratica, ma un modo per vivere il mondo con maggiore serenità, evitando affaticamenti e privilegiando esperienze autentiche, accessibili e ben organizzate.

Il Nord Europa — tra Norvegia, Svezia, Finlandia e Paesi Bassi — si presta particolarmente a questo tipo di viaggio grazie a infrastrutture efficienti, servizi affidabili e una cultura dell'accoglienza attenta al comfort e alla sicurezza del viaggiatore. In Norvegia, i paesaggi dei fiordi possono essere vissuti attraverso navigazioni lente e panoramiche, senza necessità di percorsi impegnativi, permettendo di ammirare vallate profonde e coste spettacolari direttamente dall'acqua o da punti di osservazione facilmente accessibili. In Svezia, le città come Stoccolma offrono un equilibrio ideale tra cultura, natura e mobilità agevole, con centri storici compatti e ben organizzati. In Finlandia, la dimensione del viaggio si fa più raccolta: laghi, foreste e città a misura d'uomo favoriscono un'esperienza tranquilla, spesso arricchita da strutture ricettive immerse nella natura ma dotate di ogni comfort. Nei Paesi Bassi, la pianura e l'organizzazione urbana permettono spostamenti semplici, con città come Amsterdam e Utrecht facilmente esplorabili grazie a trasporti efficienti e percorsi pianeggianti.

Uno degli elementi più apprezzati di quest'area è la facilità di movimento. Treni puntuali, collegamenti regolari e una forte attenzione all'accessibilità rendono gli spostamenti poco stressanti e ben gestibili anche su itinerari più articolati. Le distanze, pur presenti, sono rese più leggere da una pianificazione efficiente e da servizi turistici ben strutturati.

Il ritmo del viaggio è naturalmente più disteso. Le attività possono essere organizzate in modo flessibile, alternando visite culturali a momenti di riposo, senza pressioni o itinerari eccessivamente densi. Musei facilmente accessibili, crociere panoramiche, piccoli centri storici e paesaggi naturali osservabili senza sforzo fisico diventano elementi centrali dell'esperienza.

Anche la componente culturale è facilmente fruibile. Il Nord Europa offre un patrimonio storico e contemporaneo accessibile e ben presentato, con musei moderni, percorsi guidati chiari e un'attenzione costante alla qualità dell'esperienza del visitatore.

Un viaggio in questa regione per un pubblico over 65 non è quindi un viaggio ridotto, ma un viaggio ottimizzato: costruito per valorizzare il comfort, ridurre la complessità e lasciare spazio alla scoperta in modo naturale. È un modo di viaggiare che privilegia la tranquillità, la sicurezza e la possibilità di vivere ogni momento con piena consapevolezza, senza rinunciare alla ricchezza delle destinazioni.

# PERCHÉ SCEGLIERE IL NORD EUROPA PER UN VIAGGIO OVER 65

## UN MODO DI VIAGGIARE CHE PRIVILEGIA COMFORT, CHIAREZZA E SERENITÀ

Viaggiare dopo i 65 anni significa scegliere un ritmo più consapevole, dove il valore dell'esperienza non è nella quantità di cose viste, ma nella qualità del tempo vissuto. Il Nord Europa risponde perfettamente a questa esigenza grazie a un equilibrio raro tra organizzazione, sicurezza e ambienti facilmente fruibili. Norvegia, Svezia, Finlandia e Paesi Bassi offrono contesti ordinati, affidabili e pensati per rendere ogni spostamento semplice e ogni esperienza accessibile.

## ESPERIENZE SELEZIONATE, RITMI LEGGERI E LUOGHI MENO PREVEDIBILI

Il valore di un viaggio in questa area non sta nella densità di attrazioni, ma nella possibilità di vivere contesti autentici con tempi distesi e senza pressione.

In Norvegia, oltre ai fiordi più noti, è possibile esplorare piccoli villaggi costieri e tratte panoramiche meno frequentate dove il paesaggio si vive in modo diretto e silenzioso.

In Svezia, al di fuori dei grandi centri, l'arcipelago di Stoccolma e le regioni lacustri offrono isole, comunità locali e ambienti naturali dove il ritmo è ancora legato alla vita quotidiana del territorio.

In Finlandia, l'esperienza si sposta verso aree più raccolte come la regione dei laghi centrali o le aree forestali meno battute, dove natura e piccoli insediamenti convivono in equilibrio discreto e autentico.

Nei Paesi Bassi, oltre alle città principali, la campagna olandese, i villaggi lungo i canali e le aree costiere meno turistiche permettono una scoperta più lenta e personale del territorio.

## UN VIAGGIO COSTRUITO PER RIDURRE LA COMPLESSITÀ E VALORIZZARE IL TEMPO

Il Nord Europa si distingue per la capacità di rendere il viaggio semplice nella sua gestione quotidiana: spostamenti ben organizzati, servizi chiari e infrastrutture efficienti permettono di vivere ogni tappa senza stress. Questo approccio consente di mantenere un ritmo naturale, alternando visite, momenti di relax e brevi esperienze nella natura senza affaticamento. È un modello di viaggio che mette al centro la serenità, la leggibilità delle destinazioni e la libertà di scegliere come vivere ogni giornata.





# VIAGGI SU MISURA PER OVER 65 INDIMENTICABILI

Un viaggio nel Nord Europa per chi ha superato i 65 anni è più di una semplice vacanza: è un'occasione per esplorare paesaggi straordinari, scoprire villaggi autentici, immergersi nella cultura locale e vivere momenti di relax lontano dalla frenesia del turismo di massa.

Per questo motivo non dovrebbe mai essere un pacchetto standard, ma un'esperienza progettata con cura e attenzione, pensata per i vostri ritmi, le vostre passioni e la vostra storia.

Il nostro approccio alla creazione di viaggi per over 65 si basa su un principio fondamentale: ogni itinerario deve essere unico e rispecchiare le esigenze di chi viaggia con calma, cercando comfort, accessibilità e autenticità.

Ascoltiamo i vostri desideri, comprendiamo i vostri ritmi e il vostro stile di viaggio, e costruiamo un percorso che renda speciale ogni tappa di questa esperienza.

Ogni dettaglio viene studiato con attenzione:

- Scelta delle destinazioni, dai villaggi storici ai borghi poco conosciuti, alle spiagge tranquille e ai parchi naturali con percorsi accessibili
- Ritmo dell'itinerario, per godersi ogni esperienza senza fretta e senza stress
- Esperienze lungo il percorso, come passeggiate panoramiche, visite a musei e gallerie locali, degustazioni enogastronomiche e piccole escursioni immerse nella natura
- Selezione delle strutture più confortevoli, accoglienti e suggestive, lontane dai percorsi turistici più affollati

Il risultato è un viaggio autentico, equilibrato e profondamente personale, pensato per offrire momenti di relax, scoperta e piacere, trasformando ogni tappa in un ricordo duraturo e prezioso.

# ESPERIENZE CHE RENDONO PIÙ SEMPLICE E SERENO UN VIAGGIO OVER 65 NEL NORD EUROPA



## **UN VIAGGIO COSTRUITO SU EQUILIBRIO, CHIAREZZA E LIBERTÀ DI MOVIMENTO**

Nel Nord Europa il viaggio in età matura si sviluppa in un contesto caratterizzato da ordine, sicurezza e grande attenzione alla qualità della vita quotidiana. Norvegia, Svezia, Finlandia e Paesi Bassi offrono ambienti dove gli spostamenti risultano intuitivi e le esperienze sono facilmente gestibili, senza complessità operative. L'alternanza tra natura accessibile, città ben organizzate e piccoli centri ordinati consente di vivere il viaggio con continuità e senza affaticamento.

## **ESPERIENZE LEGGERE TRA CULTURA, PAESAGGI E CONTESTI PIÙ RACCOLTI**

Le attività più adatte a questo tipo di viaggio si sviluppano in modo naturale e non intensivo, privilegiando la qualità del tempo rispetto alla quantità degli spostamenti. In Norvegia, oltre ai fiordi più noti, si possono vivere percorsi panoramici meno battuti e piccoli villaggi costieri dove il rapporto con il paesaggio rimane diretto e autentico. In Svezia, le esperienze più interessanti si trovano spesso nelle aree dell'arcipelago e nelle regioni lacustri, dove isole, natura e comunità locali offrono una dimensione più intima e silenziosa. In Finlandia, il viaggio si concentra soprattutto su aree meno urbane come le regioni dei laghi e le foreste, dove il contesto naturale diventa l'elemento centrale dell'esperienza quotidiana. Nei Paesi Bassi, oltre ai centri principali, la campagna olandese e i piccoli borghi lungo i canali permettono una scoperta più lenta e personale del territorio, lontana dai flussi più evidenti.

## **UN'ORGANIZZAZIONE DEL VIAGGIO CHE RIDUCE LA COMPLESSITÀ E AUMENTA LA SERENITÀ**

Uno degli elementi più distintivi del Nord Europa è la facilità complessiva di gestione del viaggio. I collegamenti sono efficienti, i servizi chiari e le distanze tra le principali tappe sono generalmente contenute o ben strutturate. Questo consente di costruire itinerari flessibili, con tempi di visita equilibrati e pause regolari. Il risultato è un'esperienza che privilegia la tranquillità, la sicurezza e la possibilità di vivere ogni giornata con ritmi naturali, senza pressioni o sovraccarichi.

# QUANDO PARTIRE PER UN VIAGGIO OVER 65 NEL NORD EUROPA



**La primavera** nel Nord Europa segna una trasformazione progressiva del territorio, con giornate che si allungano rapidamente e paesaggi che tornano accessibili dopo i mesi più freddi. Norvegia, Svezia, Finlandia e Paesi Bassi mostrano in questo periodo un equilibrio interessante tra natura in rinascita e tranquillità dei flussi turistici. Laghi ancora parzialmente ghiacciati, foreste che si riattivano e città più vivibili rendono questo momento ideale per un viaggio lento e graduale.

**L'estate** rappresenta la fase più fluida per viaggiare nel Nord Europa, con condizioni climatiche più stabili e una grande disponibilità di percorsi e collegamenti. In Norvegia i fiordi sono pienamente esplorabili, in Svezia e Finlandia laghi e arcipelaghi diventano protagonisti del paesaggio, mentre nei Paesi Bassi città e campagne si collegano con continuità e facilità. Le giornate molto lunghe permettono un'organizzazione flessibile e un ritmo di viaggio più disteso.

**L'autunno** introduce una trasformazione evidente nei paesaggi, con tonalità più calde e una luce più morbida che cambia la percezione dei luoghi. In Norvegia e Svezia le foreste si tingono di colori intensi, in Finlandia la natura assume un carattere più silenzioso e profondo, mentre nei Paesi Bassi il paesaggio rurale e urbano si stabilizza in una dimensione più ordinata e tranquilla. È una stagione che privilegia un'esperienza più essenziale e meno affollata.

**L'inverno** nel Nord Europa è caratterizzato da giornate brevi, temperature rigide e una luce bassa che modifica profondamente l'atmosfera dei luoghi. In Norvegia, Svezia e Finlandia il paesaggio si semplifica e diventa più raccolto, tra neve, foreste e piccoli centri abitati. Nei Paesi Bassi, invece, la stagione mantiene una dimensione più urbana e funzionale, con città sempre accessibili e organizzate. È il periodo più essenziale dell'anno, in cui il viaggio assume un ritmo lento e contemplativo.

# 10 ESPERIENZE PER UN VIAGGIO PER OVER 65 CHE ESISTONO SOLO NEL NORD EUROPA

Nel Nord Europa — tra Norvegia, Svezia, Finlandia e Paesi Bassi — esistono esperienze che non dipendono dai grandi itinerari turistici, ma da territori ancora sorprendentemente accessibili nella loro forma più autentica. Sono luoghi e situazioni che nascono dall'incontro tra acqua, foreste, arcipelaghi e spazi pianificati con una logica diversa dal turismo tradizionale: più lenta, più diffusa, più silenziosa.

Tra le più suggestive:

- Attraversare gli arcipelaghi nascosti della Svezia tra isole abitate e fari remoti - Fuori dai percorsi più noti, l'arcipelago di Stoccolma si dirada in centinaia di isole minori dove il collegamento avviene con piccoli traghetti locali. Qui si possono raggiungere comunità come Sandhamn o Mõja, dove la vita segue ancora i ritmi del mare, tra porticcioli di legno, case rosse e sentieri costieri poco frequentati.
- Dormire in una baita sul lago senza strade attorno in Finlandia centrale - Nella regione dei laghi finlandesi, lontano da Helsinki e dai circuiti più battuti, esistono cottage isolati raggiungibili solo attraverso strade sterrate o piccoli collegamenti locali. In aree come Saimaa, la quotidianità è scandita da sauna privata, silenzio assoluto e acqua a perdita d'occhio, spesso senza altre abitazioni visibili.
- Percorrere strade panoramiche norvegesi dimenticate tra villaggi e fiordi secondari - Oltre ai fiordi più famosi, la Norvegia occidentale offre percorsi come la Sognefjellet Scenic Route o tratti meno battuti del Nordfjord, dove la strada attraversa altipiani deserti, laghi glaciali e piccoli villaggi agricoli sospesi tra montagna e mare, con pochissimo traffico anche in alta stagione.
- Attraversare la regione costiera del Helgeland tra isole e villaggi di pescatori - Nel nord della Norvegia, la regione del Helgeland è meno frequentata rispetto ai circuiti turistici delle Lofoten. Qui la costa è frammentata in isole, villaggi di pescatori e collegamenti locali via mare, con paesaggi dominati da montagne che emergono direttamente dall'acqua.
- Navigare nei sistemi di canali secondari dei Paesi Bassi rurali - Nei Paesi Bassi, oltre ad Amsterdam, regioni come il Giethoorn e le campagne dell'Overijssel permettono di muoversi su barche elettriche lungo canali stretti tra case con tetti di paglia e ponticelli pedonali, lontano dai flussi turistici principali.
- Attraversare le foreste interne del Värmland in Svezia - In Svezia, la regione del Värmland è caratterizzata da foreste continue e laghi collegati tra loro, dove i villaggi sono distanti e le strade secondarie attraversano chilometri di natura senza insediamenti urbani.
- Esplorare il Dalarna tra villaggi tradizionali e cultura rurale - Sempre in Svezia, il Dalarna conserva un paesaggio rurale fatto di case rosse in legno, laghi e foreste. È una delle aree più autentiche per osservare la cultura tradizionale svedese fuori dai circuiti turistici principali.
- Attraversare le isole artificiali del Flevoland nei Paesi Bassi - Nei Paesi Bassi, la regione del Flevoland rappresenta un territorio interamente recuperato al mare. Qui si viaggia tra dighe, campi geometrici e città pianificate costruite su terreno sottratto all'acqua.
- Percorrere la regione delle Lofoten meno turistica nella Norvegia interna - Nella Norvegia, alcune aree interne dell'arcipelago delle Isole Lofoten, lontane dai centri principali come Reine, offrono villaggi minori, strade secondarie e paesaggi ancora legati alla pesca e alle condizioni del mare.
- Seguire le coste rurali della Finlandia occidentale - In Finlandia, la fascia costiera del Golfo di Botnia alterna piccoli villaggi, isole abitate stagionalmente e tratti di natura non urbanizzata, dove il collegamento tra terra e mare è continuo ma poco frequentato dal turismo internazionale.

Nel loro insieme, queste esperienze raccontano un Nord Europa secondario e autentico, fatto di collegamenti locali, territori periferici e paesaggi vissuti nella loro dimensione quotidiana, lontani dai percorsi turistici più battuti.





## LE SISTEMAZIONI PIÙ AFFASCINANTI PER UN VIAGGIO PER OVER 65

Un viaggio nel Nord Europa non si definisce solo attraverso le destinazioni, ma anche attraverso i luoghi in cui si soggiorna, dove il rapporto con il paesaggio diventa continuo e parte integrante dell'esperienza quotidiana. Tra Norvegia, Svezia, Finlandia e Paesi Bassi, le sistemazioni non sono semplici punti di appoggio, ma modi diversi di vivere la luce, l'acqua, le foreste e le città.

In Norvegia, molte strutture sono posizionate direttamente lungo i fiordi o in piccoli villaggi costieri come quelli dell'area di Geirangerfjord e Sognefjord. I lodge in legno e le cabine panoramiche sono progettati per aprirsi completamente verso l'esterno, con grandi vetrate che rendono il paesaggio sempre presente, tra acqua profonda, montagne e silenzio.

In Svezia, le sistemazioni fuori dai circuiti principali si trovano spesso negli arcipelaghi o nelle regioni interne come il Dalarna. Qui si soggiorna in cottage sul lago, case rosse tradizionali o piccoli boutique hotel immersi nei boschi, dove l'acqua e la foresta sono sempre a pochi passi e definiscono il ritmo del soggiorno.

In Finlandia, soprattutto nella regione dei laghi come il Saimaa, le sistemazioni sono spesso isolate e integrate nel paesaggio. Cottage in legno, ville minimaliste e saune private affacciate sull'acqua permettono un rapporto diretto con la natura, dove il confine tra interno ed esterno è quasi impercettibile.

Nei Paesi Bassi, il soggiorno si sviluppa tra città d'acqua e campagne pianificate. Oltre a Amsterdam, si trovano boutique hotel lungo i canali, case storiche ristrutturate e strutture contemporanee nei villaggi rurali, dove ponti, dighe e corsi d'acqua fanno parte della quotidianità.

Nel Nord Europa, la sistemazione non è mai separata dal territorio: diventa un'estensione del paesaggio stesso. Che si tratti di una cabina sul fiordo, di una casa sul lago, di un rifugio nella foresta o di una dimora lungo i canali, ogni scelta influenza il modo in cui si vive il viaggio, rendendo il soggiorno una componente attiva.

# ERRORI DA EVITARE QUANDO SI ORGANIZZA UN VIAGGIO PER OVER 65 NEL NORD EUROPA



## **SOVRACCARICARE L'ITINERARIO CON TROPPE DESTINAZIONI**

Uno degli errori più frequenti è voler combinare in pochi giorni Norvegia, Svezia, Finlandia e Paesi Bassi in un unico viaggio. Norvegia, Svezia, Finlandia e Paesi Bassi offrono contesti molto diversi tra loro: fiordi, foreste, laghi e città d'acqua richiedono tempi di esplorazione reali. Un itinerario troppo frammentato si trasforma facilmente in una sequenza di trasferimenti, riducendo lo spazio per vivere davvero i luoghi.

## **SOTTOVALUTARE DISTANZE, STAGIONI E COLLEGAMENTI INTERNI**

Nel Nord Europa gli spostamenti sono parte integrante del viaggio. In Norvegia, molte aree dei fiordi richiedono traghetti o lunghi percorsi stradali panoramici; in Finlandia le distanze tra i centri abitati attraversano foreste e zone lacustri; in Svezia alcuni collegamenti avvengono tra arcipelaghi con traghetti locali; nei Paesi Bassi, pur essendo più compatti, acqua e infrastrutture possono influenzare i tempi di percorrenza. Una pianificazione superficiale rischia di frammentare l'esperienza.

## **IMPOSTARE UN PROGRAMMA TROPPO RIGIDO**

Il clima e la luce nel Nord Europa cambiano rapidamente nel corso della giornata e delle stagioni. In Norvegia e Svezia la luce può trasformare completamente la percezione dei fiordi e delle foreste; in Finlandia le condizioni dei laghi e dei boschi variano tra mattina e sera; nei Paesi Bassi il meteo influenza la vivibilità di canali e spazi aperti. Un itinerario troppo rigido riduce la possibilità di adattarsi a queste variazioni naturali.

## **LIMITARSI ESCLUSIVAMENTE ALLE CAPITALI**

Oslo, Stoccolma, Helsinki e Amsterdam sono punti di partenza fondamentali, ma non rappresentano l'intera esperienza. Il Nord Europa più autentico si trova spesso fuori dalle capitali: nei fiordi secondari, nei villaggi lacustri, negli arcipelaghi e nelle campagne attraversate da acqua e foreste.

## **CONSIDERARE LE SISTEMAZIONI COME SEMPLICI APPOGGI LOGISTICI**

Nel Nord Europa, dormire è parte dell'esperienza. Un lodge sui fiordi in Norvegia, una cabin sul lago in Finlandia, una casa sull'arcipelago in Svezia o un boutique hotel lungo i canali nei Paesi Bassi influenzano profondamente il modo in cui si vive il territorio. Scegliere strutture non integrate nel paesaggio significa perdere una componente essenziale del viaggio.

## **NON COSTRUIRE IL VIAGGIO SULLA PROPRIA IDEA DI ESPERIENZA**

Il Nord Europa non è una destinazione uniforme: può essere contemplativo nei fiordi norvegesi, silenzioso nelle foreste finlandesi, diffuso negli arcipelaghi svedesi o ordinato e acquatico nei Paesi Bassi. Applicare uno schema standard rischia di appiattire queste differenze. Un viaggio ben costruito deve invece adattarsi al ritmo e alla natura di ogni singolo paese, valorizzando ciò che lo rende unico.



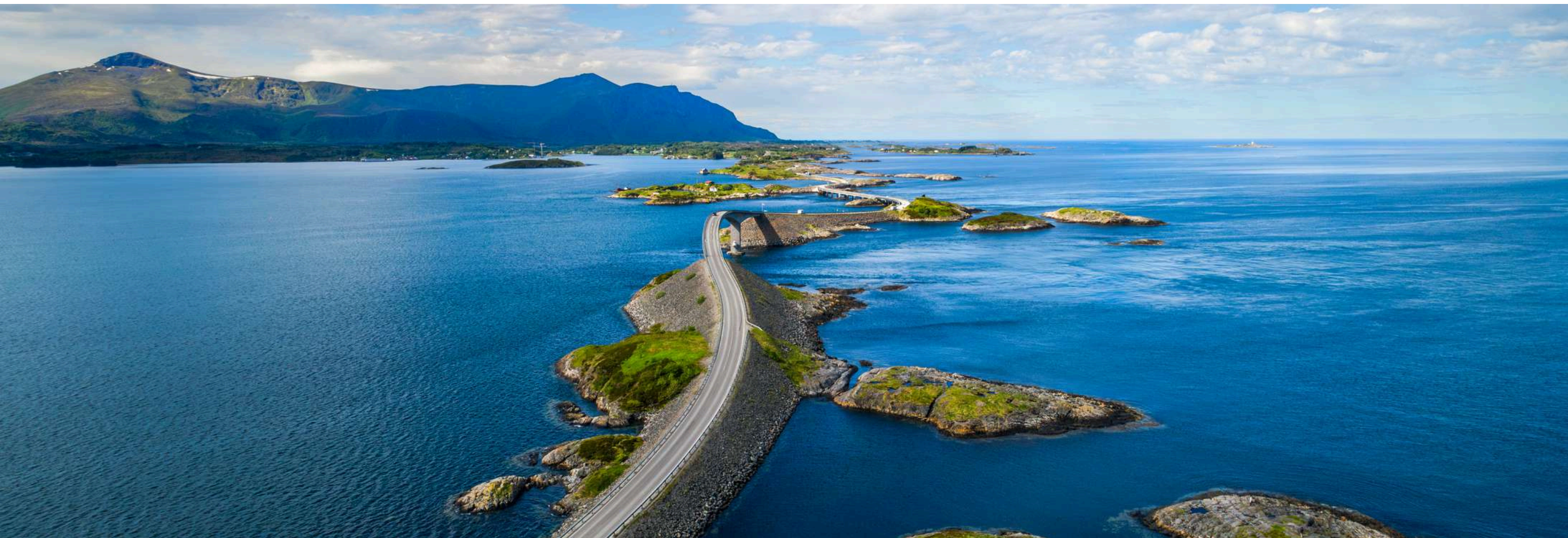
## **QUALITÀ E AGGIORNAMENTO DEI SERVIZI**

Le esperienze e i servizi presentati in questa brochure sono stati selezionati sulla base di criteri qualitativi orientati al comfort, all'accessibilità e alla personalizzazione dell'esperienza di viaggio.

Poiché condizioni operative, servizi dedicati e policy possono subire aggiornamenti o variazioni nel tempo, ogni proposta sarà verificata e confermata in fase di preventivo, al fine di garantire la massima coerenza con le esigenze del viaggiatore e con gli standard qualitativi richiesti.



# NORVEGIA – UN SISTEMA GEOGRAFICO COSTRUITO TRA OCEANO E TERRAFERMA, DOVE LA STORIA DEL NORD ATLANTICO SI INTRECCIA CON FIORDI, ARCIPELAGHI E INSEDIAMENTI MILLENARI



Situata nella parte occidentale della penisola scandinava, la Norvegia rappresenta uno dei territori europei in cui la geografia fisica e la storia umana sono strettamente interconnesse. In primo luogo, la struttura del paese è definita da una costa atlantica estremamente frastagliata che si estende dal Oslofjord fino alle regioni artiche del nord, includendo fiordi profondi, arcipelaghi e sistemi insulari che hanno storicamente determinato i modelli di insediamento. Per comprendere l'identità della Norvegia è necessario partire dalle prime tracce di insediamento umano risalenti al periodo post-glaciale, quando il ritiro dei ghiacci permise la formazione di comunità costiere lungo aree come il Trondheimsfjord e il Rogaland. Successivamente, tra l'VIII e l'XI secolo, si sviluppa l'epoca vichinga, periodo durante il quale centri come Trondheim (Nidaros) e le aree del Vestlandet diventano nodi fondamentali per esplorazioni, commerci e incursioni lungo le rotte dell'Atlantico settentrionale. In questa fase emergono anche i primi collegamenti con le isole del Nord Atlantico, tra cui le attuali Fær Øer e l'Islanda, consolidando la vocazione marittima del paese. Proseguendo nel tempo, tra il XIV e il XIX secolo, la Norvegia entra in diverse forme di unione politica: prima con la Danimarca (Unione danese-norvegese), durante la quale centri come Bergen assumono un ruolo chiave nei traffici commerciali della Lega Anseatica, e successivamente con la Svezia attraverso l'Unione svedese-norvegese (1814–1905). In questo periodo, le città costiere come Bergen e Trondheim continuano a crescere come poli marittimi, mentre l'interno del paese rimane meno popolato a causa delle difficili condizioni orografiche legate a montagne e altopiani.

Con l'indipendenza del 1905, la Norvegia si struttura come stato moderno articolato su regioni geografiche fortemente identificate:

- ØSTLANDET – AREA SUD-ORIENTALE CHE INCLUDE OSLO E L'OSLOFJORD, PRINCIPALE CENTRO POLITICO ED ECONOMICO
- SØRLANDET – FASCIA COSTIERA MERIDIONALE CON KRISTIANSAND E ARCIPELAGHI COSTIERI DELLO SKAGERRAK
- VESTLANDET – REGIONE DEI GRANDI FIORDI, CON IL SOGNEFJORD, L' HARDANGERFJORD E IL GEIRANGERFJORD
- TRØNDELAG – AREA CENTRALE CON TRONDHEIM E IL TRONDHEIMSFJORD
- NORD-NORGE – REGIONE SETTENTRIONALE ARTICA CON TROMSØ, ALTA, NORDKAPP E GLI ARCIPELAGHI DELLE LOFOTEN, VESTERÅLEN E SVALBARD

Per quanto riguarda i principali punti di ingresso nel paese, la rete aeroportuale norvegese è strutturata per collegare direttamente le diverse regioni:

- Oslo Gardermoen Airport – Principale hub internazionale e accesso all'area di Oslofjord
- Kristiansand Airport Kjevik → Accesso alla costa sud e alle località del Skagerrak
- Bergen Airport Flesland – Porta d'ingresso ai fiordi occidentali
- Trondheim Airport Værnes – Accesso alla Norvegia centrale e al Trondheimsfjord
- Tromsø Airport – Accesso alla Norvegia artica e alle aree settentrionali
- Longyearbyen Airport – Principale accesso all'arcipelago delle Svalbard

In sintesi, la Norvegia si configura come un sistema territoriale continuo in cui fiordi come Sognefjord, arcipelaghi come Lofoten e Svalbard, e città come Oslo, Bergen e Tromsø non rappresentano elementi isolati, ma parti di una stessa struttura geografica e storica. È proprio questa continuità tra mare, terra e storia che definisce l'identità del paese e la sua forte riconoscibilità nel contesto del Nord Europa.

# ITINERARI LENTI TRA NATURA ACCESSIBILE, PICCOLI CENTRI E PAESAGGI STRUTTURATI

## I LUOGHI E LE ESPERIENZE PER UN VIAGGIO OVER 65 FUORI DAI PERCORSI BATTUTI

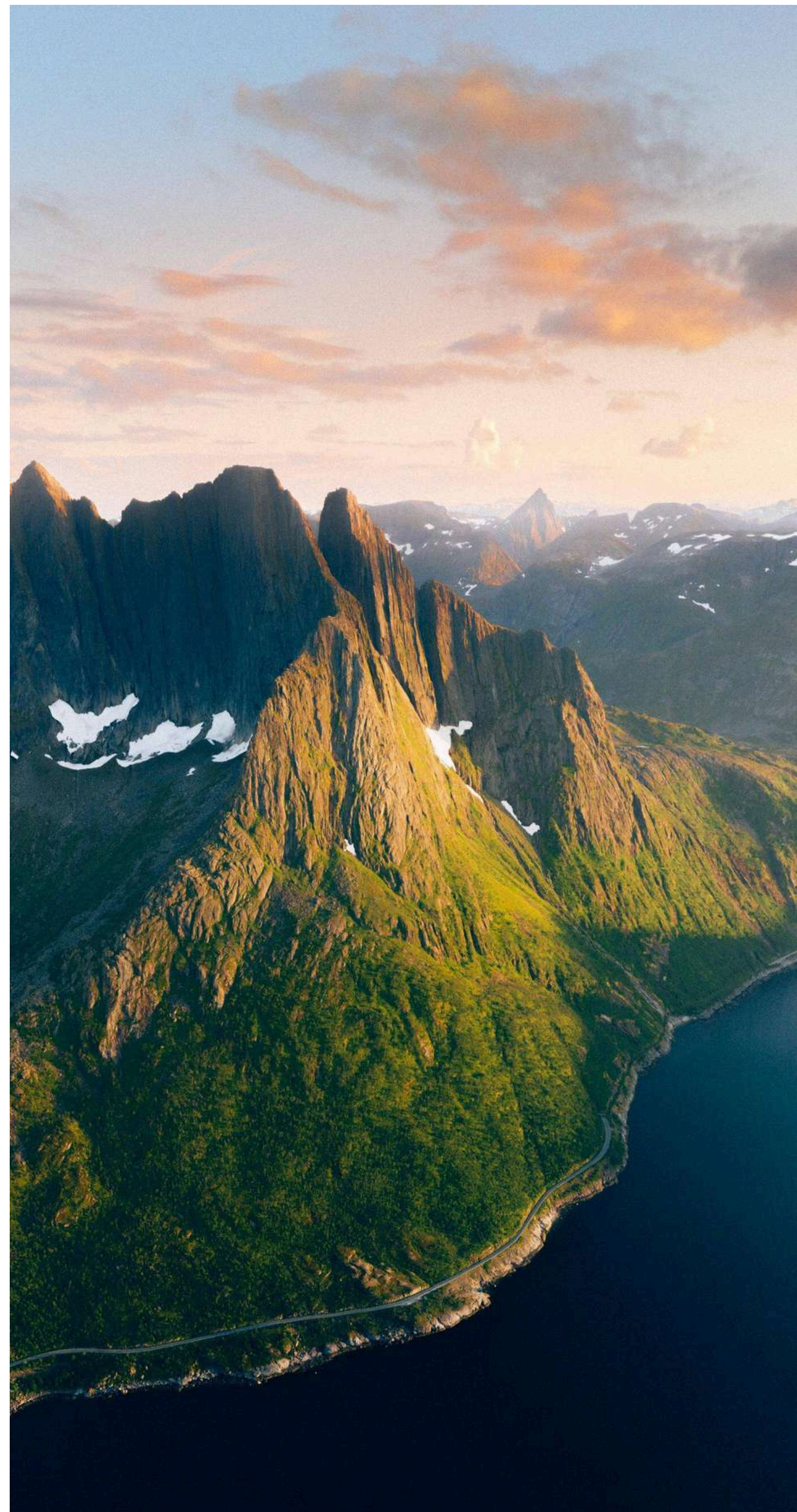
Un viaggio in Norvegia dopo i 65 anni si costruisce come un'esperienza di osservazione e attraversamento, in cui il ritmo diventa parte centrale del percorso. L'elemento distintivo non è la quantità di luoghi visitati, ma la possibilità di vivere contesti autentici con spostamenti gradualmente, infrastrutture efficienti e accesso diretto a paesaggi naturali e centri abitati di dimensione contenuta.

Dal punto di vista paesaggistico, alcune aree si prestano in modo particolare a un turismo lento e non affollato. Il tratto costiero Hardangerfjord permette spostamenti lineari tra villaggi come Ulvik e Eidfjord, con strade panoramiche come la Hardanger Scenic Route che collegano cascate, frutteti e piccoli centri senza necessità di percorsi complessi. Nell'area del Geirangerfjord, accessibile via traghetto e strada, si trovano punti di osservazione strutturati come Ørnesvingen e Flydalsjuvet, che consentono una fruizione del paesaggio senza sforzo fisico significativo.

La dimensione urbana e storica emerge in centri di dimensione contenuta ma ben organizzati. La città di Bergen rappresenta un punto di equilibrio tra accessibilità e identità locale, con il quartiere storico di Bryggen e un sistema portuale che collega direttamente le aree dei fiordi occidentali. Più a nord, Ålesund offre una struttura urbana compatta su isole collegate da ponti, con architettura in stile Art Nouveau e affacci diretti sull'oceano, ideale per una visita senza dislivelli complessi.

Sul piano culturale e naturale, la Norvegia settentrionale offre esperienze distribuite e accessibili anche in età più avanzata. L'area di Senja, con la strada panoramica nazionale e punti come Tungneset, permette una fruizione del paesaggio artico senza lunghe escursioni. Anche le isole delle Vesterålen, con centri come Sortland, offrono un ambiente stabile, con servizi distribuiti e collegamenti regolari via terra e mare. Nelle regioni interne, la valle di Gudbrandsdalen consente invece spostamenti lineari tra paesaggi rurali, villaggi storici e percorsi culturali legati alla tradizione norvegese.

In questo contesto, un viaggio in Norvegia dopo i 65 anni non si basa su itinerari complessi o fisicamente impegnativi, ma su una rete di fiordi accessibili, città compatte e paesaggi panoramici strutturati, che permettono una fruizione continua e serena del territorio senza rinunciare alla profondità dell'esperienza.





# LO SAPEVATE?

In Norvegia il paesaggio non è solo scenografico, ma è il risultato diretto dell'azione dei ghiacci che durante le ultime ere glaciali hanno scavato profondi fiordi, modellando una delle coste più articolate del mondo. In alcune aree del Vestlandet, come il Sognefjord e l'Hardangerfjord, le profondità marine superano spesso i 1.000 metri mentre le montagne emergono direttamente dall'acqua. Un aspetto poco noto riguarda la presenza di fenomeni di sollevamento post-glaciale anche lungo la costa norvegese settentrionale: in alcune aree delle Lofoten e delle Vesterålen, la linea di costa continua a modificarsi lentamente, creando nuove superfici rocciose e micro-isole nel tempo.

La capitale Oslo è uno dei pochi casi in Europa in cui un fiordo si estende direttamente fino al centro urbano: l'Oslofjord penetra profondamente nell'area metropolitana, creando un rapporto diretto tra ambiente urbano e sistema marino.

Nel nord del paese, la città di Tromsø si trova oltre il Circolo Polare Artico ed è uno dei principali punti di osservazione dell'aurora boreale, mentre nelle vicinanze di Alta sono state scoperte incisioni rupestri preistoriche, patrimonio UNESCO, che testimoniano una presenza umana nella regione artica risalente a migliaia di anni fa.

Uno degli aspetti meno intuitivi per chi la visita è la relazione tra popolazione e spazio: con una superficie molto ampia e una densità tra le più basse d'Europa, grandi aree del territorio restano quasi completamente disabitate, soprattutto nelle regioni montuose del Innlandet e nelle zone più interne del Troms og Finnmark, dove i villaggi possono trovarsi a decine di chilometri l'uno dall'altro.

Un elemento sorprendente riguarda la mobilità: molte connessioni interne non avvengono tramite strade continue, ma attraverso una rete estremamente articolata di tunnel, ponti e collegamenti marittimi. In particolare, nella zona dei Lofoten, alcuni villaggi sono collegati da ponti sospesi e tunnel sottomarini che sostituiscono le tradizionali infrastrutture terrestri, rendendo il paesaggio parte integrante del sistema di trasporto.

Un altro fatto poco noto riguarda la presenza di spiagge sabbiose di origine tropicale in ambiente artico: località come Haukland Beach nelle Lofoten presentano sabbia chiara e acque turchesi, pur trovandosi ben oltre il Circolo Polare Artico, grazie alla particolare combinazione di correnti oceaniche e clima subartico.

Un elemento storico meno noto riguarda la città di Bergen, che fu uno dei principali centri della Lega Anseatica nel Nord Europa: il quartiere storico di Bryggen conserva ancora oggi edifici in legno colorato risalenti al periodo medievale, costruiti lungo il porto commerciale.

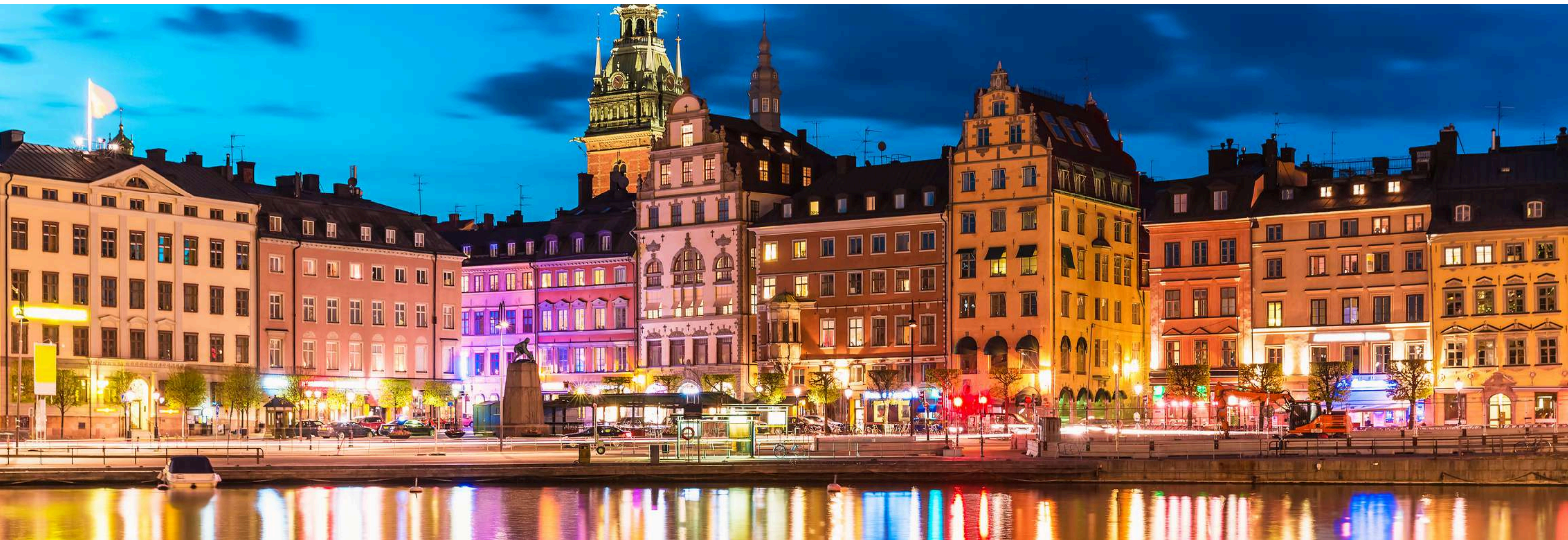
Nel campo culturale, la città di Trondheim ospita la Nidaros Cathedral, costruita sopra la presunta sepoltura di Sant'Olav e considerata uno dei più importanti edifici gotici del Nord Europa, che ha reso la città un centro storico di pellegrinaggio medievale e di potere religioso e politico.

Un dato sorprendente riguarda la produzione energetica: la Norvegia genera quasi tutta la propria elettricità da fonti idroelettriche grazie alla presenza di migliaia di cascate e fiumi montani, come quelli della regione del Nordland, trasformando la conformazione alpina del territorio in una risorsa energetica naturale diffusa.

Infine, un fenomeno molto caratteristico è la gestione della luce nelle città del nord: in luoghi come Longyearbyen nelle isole Svalbard, si vive per mesi senza luce solare diretta durante l'inverno e con luce continua in estate, creando una percezione del tempo completamente diversa da quella delle regioni temperate europee.



# SVEZIA – UN TERRITORIO CONTINUO TRA BALTICO, ARCIPELAGHI, GRANDI LAGHI E REGIONI ARTICHE, DOVE LA GEOGRAFIA FISICA E LA STORIA UMANA SI SVILUPPANO COME UN UNICO SISTEMA INTEGRATO



Situata nella parte orientale della penisola scandinava, la Svezia rappresenta uno dei territori europei in cui la continuità tra mare come il Mar Baltico e il Golfo di Botnia, isole come l'arcipelago di Stoccolma e le isole dell'arcipelago di Göteborg, laghi interni come il Vänern e il Mälaren e vaste aree forestali come le regioni del Värmland e della Dalecarlia (Dalarna), definisce in modo diretto la struttura geografica e lo sviluppo storico del paese oltre a sistemi insulari distribuiti lungo tutta la costa orientale e occidentale come le isole di Öland e Gotland, che influenzano profondamente i modelli di insediamento e connessione tra le regioni. Per comprendere l'identità della Svezia è necessario partire dalle prime fasi di occupazione umana successive alla glaciazione, quando il ritiro dei ghiacci rese abitabili le aree costiere del Baltico e i bacini interni come il lago Mälaren. In questo contesto si svilupparono le prime comunità stabili di popolazioni mesolitiche di cacciatori-raccoglitori del Baltico settentrionale, appartenenti ai gruppi culturali preistorici della Scandinavia post-glaciale (non identificabili con etnonimi moderni), con insediamenti lungo le coste emergenti e le aree lacustri che sfruttavano la pesca, la caccia e le rotte d'acqua interne. Successivamente, tra l'età del ferro e il periodo vichingo (VIII–XI secolo), le regioni dell'attuale Svezia centrale divennero parte delle reti commerciali del Baltico e delle vie fluviali verso l'Europa orientale, con centri come Birka, situato proprio sul Mälaren, tra i primi nodi urbani e commerciali della Scandinavia. Proseguendo nel tempo, tra il Medioevo e l'età moderna, si consolida il Regno di Svezia e si rafforza il ruolo di Stoccolma, fondata strategicamente tra il lago Mälaren e il Mar Baltico. La città diventa progressivamente il principale centro politico, amministrativo e marittimo del paese, mentre le città portuali della costa occidentale, come Göteborg, assumono un ruolo chiave nei collegamenti con il Mare del Nord e le rotte commerciali europee. Tra XVII e XVIII secolo, la Svezia vive inoltre la fase dell'Impero svedese, durante la quale il controllo del Baltico rafforza ulteriormente l'importanza delle città costiere e dei sistemi marittimi. Con la perdita della Finlandia nel 1809 e la successiva evoluzione costituzionale, la Svezia si trasforma in uno stato moderno e stabile, con una forte integrazione tra sviluppo urbano, risorse naturali interne e infrastrutture costiere.

In questo quadro, lo stato contemporaneo si articola su macro-aree geografiche ben definite:

- GÖTALAND – AREA MERIDIONALE CHE INCLUDE SCANIA, SMÅLAND E LA COSTA OCCIDENTALE FINO A GÖTEBORG, INTEGRANDO SISTEMI COSTIERI SUL KATTEGAT E SKAGERRAK E ARCIPELAGHI COME QUELLO DI BOHUSLÄN E LE ISOLE DELLA COSTA SUD-OCCIDENTALE
- SVEALAND – REGIONE CENTRALE CHE COMPRENDE STOCCOLMA, IL SISTEMA DEL MÄLAREN E L'INTERO ARCIPELAGO DI STOCCOLMA, UNO DEI PIÙ ESTESI E COMPLESSI DEL MAR BALTICO, DOVE CITTÀ, ISOLE E COSTA FORMANO UN SISTEMA UNICO
- NORRLAND – VASTA REGIONE SETTENTRIONALE CARATTERIZZATA DA FORESTE BOREALI, FIUMI E COSTA FRAMMENTATA SUL GOLFO DI BOTNIA, CON CITTÀ COME LULEÅ E SISTEMI NATURALI SCARSAMENTE URBANIZZATI
- LAPPONIA SVEDESE (AREA ARTICA) – PORZIONE SETTENTRIONALE DEL NORRLAND CHE INCLUDE KIRUNA E ABISKO, CON PAESAGGI SUBARTICI, RILIEVI ANTICHI E CONDIZIONI CLIMATICHE ESTREME

Per quanto riguarda i principali punti di ingresso nel paese, la rete aeroportuale svedese è strutturata in funzione della sua estensione nord-sud e della distribuzione delle macro-aree:

- Stockholm Arlanda Airport - Principale hub internazionale e accesso alla Svezia centrale e all'arcipelago di Stoccolma
- Gothenburg Landvetter Airport - Accesso alla Svezia occidentale e alla regione del Götaland
- Malmö Airport - Accesso alla Svezia meridionale e al sistema dell'Øresund
- Kiruna Airport - Accesso alla Lapponia svedese e alle regioni artiche

In sintesi, la Svezia si configura come un sistema territoriale continuo in cui coste baltiche, arcipelaghi come quello di Stoccolma, grandi laghi interni come il Mälaren, foreste boreali e regioni artiche non rappresentano elementi separati, ma parti interconnesse di un'unica struttura geografica e storica. È proprio questa continuità tra mare, isole, interno e Artico a definire l'identità del paese nel contesto del Nord Europa.

# ITINERARI LENTI TRA ARCIPELAGHI SILENZIOSI, LAGHI INTERNI E CENTRI COMPATTI

## I LUOGHI E LE ESPERIENZE PER UN VIAGGIO OVER 65 FUORI DAI PERCORSI BATTUTI

Un viaggio in Svezia dopo i 65 anni si costruisce come un'esperienza progressiva e distesa, in cui la qualità degli spostamenti e la continuità dei paesaggi contano più della quantità delle tappe. Il territorio svedese, grazie alla sua struttura lineare tra coste, foreste e bacini lacustri, consente percorsi naturali e ben distribuiti, con centri abitati di dimensione contenuta e collegamenti efficienti anche su lunghe distanze.

Dal punto di vista paesaggistico, alcune delle aree più adatte si trovano lungo le coste occidentali e nei sistemi lacustri centrali. Nell'arcipelago di Gothenburg, isole come Styrösö e Brännö offrono spostamenti brevi via traghetto e percorsi pianeggianti tra villaggi costieri e punti panoramici sul Kattegat. Nell'interno, il Lago Mälaren consente un'esplorazione graduale tra città storiche come Strängnäs ed Mariefred, con collegamenti ferroviari e stradali semplici e continui.

La dimensione dei centri urbani gioca un ruolo fondamentale nella fruibilità del viaggio. La città di Uppsala rappresenta un punto di equilibrio tra accessibilità e interesse culturale, con un centro compatto, percorsi pianeggianti e attrazioni concentrate come la Uppsala Cathedral e il quartiere storico lungo il fiume Fyrisån. Più a sud, Kalmar offre una struttura urbana ordinata, dominata dal Kalmar Castle e collegata in modo diretto all'isola di Öland tramite un ponte facilmente percorribile, con paesaggi costieri aperti e accessibili.

Sul piano culturale e naturalistico, la Svezia settentrionale permette esperienze ampie ma ben organizzate. L'area della Lapponia svedese offre contesti più tranquilli nei dintorni di Jokkmokk, dove l'Ájtte Museum permette una lettura diretta della cultura locale senza percorsi complessi. Più a sud-est, la regione di Höga Kusten, con punti accessibili come Skuleberget (raggiungibile anche tramite funivia), offre panorami strutturati e facilmente fruibili.

In questo contesto, la Svezia per un viaggio dopo i 65 anni si definisce come un sistema territoriale continuo e ben organizzato, dove arcipelaghi come Göteborg, laghi come Mälaren e città compatte come Uppsala e Kalmar permettono un'esperienza lenta, stabile e profondamente legata alla geografia reale del paese.





## LO SAPEVATE?

In Svezia esistono fenomeni geografici poco noti legati al lento sollevamento del suolo, chiamato rimbalzo post-glaciale, che continua ancora oggi a modificare la linea di costa del Golfo di Botnia: in alcune aree dell'arcipelago di Kvarken, tra la costa di Västerbotten e la Finlandia, nuove isole emergono gradualmente dal mare nel corso delle generazioni, cambiando la geografia locale in modo misurabile.

Un altro aspetto particolare riguarda il sistema delle città costruite su isole e canali: la capitale Stoccolma non è solo affacciata sull'acqua, ma si sviluppa su 14 isole collegate da oltre 50 ponti, con un equilibrio costante tra acqua dolce del Mälaren e acqua salata del Mar Baltico, una condizione idrologica rara per una capitale europea.

Nel nord del paese, la città di Kiruna è diventata nota per un caso urbano unico: l'intero centro cittadino viene progressivamente spostato a causa dell'espansione di una delle miniere di ferro più grandi al mondo, creando un trasferimento pianificato di edifici storici e strutture pubbliche su un nuovo sito.

Dal punto di vista culturale, il museo all'aperto Skansen è considerato il primo del suo genere al mondo: raccoglie edifici storici provenienti da diverse regioni della Svezia, ricostruendo ambienti rurali e urbani tradizionali senza ricorrere a copie, ma preservando strutture originali trasferite sul posto.

Un'altra particolarità riguarda la luce: nelle regioni più settentrionali, come intorno ad Abisko, il cielo invernale è considerato tra i più limpidi al mondo per l'osservazione dell'aurora boreale, grazie a condizioni climatiche secche e alla posizione geografica protetta dalle montagne circostanti.

Infine, la Svezia è uno dei paesi con la più alta percentuale di foreste in Europa, ma ciò che spesso sorprende è che molte di queste aree sono accessibili liberamente grazie al principio giuridico dell'"Allemansrätten", che consente a chiunque di muoversi nella natura, raccogliere bacche e attraversare terreni non coltivati nel rispetto dell'ambiente e della proprietà privata.



# FINLANDIA – UN TERRITORIO DI TRANSIZIONE TRA BALTICO, LAGHI INTERNI E REGIONI SUBARTICHE, DOVE LA STRUTTURA GEOGRAFICA HA GUIDATO IN MODO DIRETTO LA FORMAZIONE STORICA E CULTURALE DEL PAESE



Situata nella parte nord-orientale della Fennoscandia, la Finlandia è un territorio in cui la relazione tra mare, laghi e foreste costituisce l'elemento strutturale dominante. In primo luogo, il paese è definito dalla costa del Mar Baltico e del Golfo di Finlandia, ma soprattutto da un sistema interno unico in Europa: una distesa di migliaia di laghi collegati tra loro, tra cui il Lago Saimaa, il più esteso del paese, e il Lago Päijänne, che insieme alle vaste foreste boreali della regione della Carelia e della Finlandia centrale definiscono la struttura ambientale del territorio.

Per comprendere l'identità della Finlandia è necessario partire dalle prime fasi di occupazione umana successive alla glaciazione, quando il ritiro dei ghiacci rese abitabili le aree costiere del Baltico e le regioni lacustri interne. In questo contesto si svilupparono comunità di popolazioni mesolitiche finno-baltiche di cacciatori-raccoglitori, non identificabili con etnie moderne ma legate ai complessi culturali post-glaciali della regione, con insediamenti distribuiti tra coste, foreste e bacini lacustri, basati su pesca, caccia e mobilità stagionale.

Successivamente, tra l'età del ferro e l'alto Medioevo, il territorio finlandese entra progressivamente nell'orbita culturale e commerciale sia del mondo baltico sia delle regioni scandinave e orientali. Le aree costiere del Golfo di Finlandia e del Golfo di Botnia diventano punti di scambio, mentre le regioni interne rimangono caratterizzate da insediamenti dispersi e sistemi locali. In questo periodo emergono siti come Turku, che diventerà successivamente uno dei principali centri storici del paese.

Nel corso del Medioevo, tra XIII e XVI secolo, la Finlandia viene progressivamente integrata nel Regno di Svezia, processo che porta alla fondazione e allo sviluppo di centri amministrativi e religiosi lungo la costa sud-occidentale e lungo le vie fluviali interne. Turku assume il ruolo di capitale amministrativa e vescovile, diventando il principale centro urbano del territorio finlandese.

La Finlandia contemporanea si articola in macro-regioni geografiche ben definite:

- FINLANDIA MERIDIONALE – INCLUDE L'AREA DI HELSINKI E IL GOLFO DI FINLANDIA, CON CITTÀ COME HELSINKI E ESPOO, CARATTERIZZATA DA COSTA FRASTAGLIATA E ARCIPELAGHI
- FINLANDIA OCCIDENTALE – FASCIA COSTIERA SUL GOLFO DI BOTNIA CON CITTÀ COME TURKU E SISTEMI INSULARI COME L'ARCIPELAGO DI TURKU
- FINLANDIA CENTRALE – AREA DEI GRANDI LAGHI INTERNI, CON IL LAGO SAIMAA E IL LAGO PÄIJÄNNE, OLTRE A VASTE FORESTE BOREALI
- FINLANDIA ORIENTALE (CARELIA FINLANDESE) – REGIONE FORESTALE E LACUSTRE AL CONFINE CON LA RUSSIA, CARATTERIZZATA DA BASSA DENSITÀ ABITATIVA
- FINLANDIA SETTENTRIONALE (LAPPONIA FINLANDESE) – AREA SUBARTICA E ARTICA CHE SI ESTENDE FINO AL CIRCOLO POLARE ARTICO, CON CITTÀ COME ROVANIEMI

la rete aeroportuale finlandese riflette la distribuzione geografica del paese e collega direttamente le principali macro-aree:

- Helsinki-Vantaa Airport - Principale hub internazionale e accesso alla Finlandia meridionale
- Turku Airport - Accesso alla Finlandia sud-occidentale e all'arcipelago
- Tampere-Pirkkala Airport - Accesso alla Finlandia centrale e alla regione dei laghi
- Rovaniemi Airport - Accesso alla Lapponia finlandese e alle regioni artiche

La Finlandia si configura come un sistema territoriale fortemente determinato dall'acqua e dalla foresta, in cui costa baltica, arcipelaghi, laghi interni e regioni artiche costituiscono un continuum geografico. La sua identità storica, dalle comunità post-glaciali fino all'integrazione nel mondo scandinavo e alla formazione dello stato moderno, è direttamente legata a questa struttura ambientale.

# TRA LAGHI SILENZIOSI, CITTÀ COMPATTE E FORESTE ACCESSIBILI SENZA DISLIVELLI

## I LUOGHI E LE ESPERIENZE PER UN VIAGGIO OVER 65 FUORI DAI PERCORSI BATTUTI

Un viaggio in Finlandia dopo i 65 anni si sviluppa in modo naturale grazie a una struttura territoriale estremamente leggibile: città di dimensioni contenute, distanze ben organizzate e un sistema di trasporti affidabile che collega laghi, coste e aree interne senza complessità logistica. L'esperienza si costruisce su ritmi lenti, con spostamenti progressivi e soste frequenti in contesti silenziosi e ben serviti.

Dal punto di vista naturale, il sistema lacustre del sud-est rappresenta una delle aree più adatte a un viaggio disteso. Il Lago Saimaa, nei dintorni di Savonlinna, offre paesaggi continui di acqua e foresta, con collegamenti via battello e passeggiate pianeggianti lungo il porto storico dominato dal Olavinlinna. Più a nord, l'area di Koli National Park, nella regione della North Karelia, propone punti panoramici accessibili tramite percorsi brevi e ben segnalati, affacciati sul Lago Pielinen.

La dimensione urbana è uno degli elementi più favorevoli per questo tipo di viaggio. La città di Helsinki presenta un centro compatto e ben collegato, dove il Senate Square, il porto e il quartiere di Katajanokka sono facilmente raggiungibili a piedi o con trasporti pubblici efficienti. Anche Tampere, situata tra i laghi Näsijärvi e Pyhäjärvi, offre una struttura urbana lineare, con musei come il Vapriikki Museum Centre concentrati in un'area facilmente percorribile.

Sul piano storico e culturale, la Finlandia propone esperienze ben integrate nel territorio e facilmente fruibili. A Porvoo, il centro storico in legno lungo il fiume Porvoonjoki conserva un assetto medievale compatto, con strade pianeggianti e edifici storici ben preservati. A Turku, il Turku Castle e la Turku Cathedral raccontano la fase più antica della storia finlandese, quando la città era il principale centro amministrativo del paese sotto influenza svedese.

La dimensione costiera e insulare, infine, offre alternative tranquille e ben organizzate. Nell'area di Turku Arcipelago, collegamenti regolari permettono di raggiungere isole come Nauvo, con villaggi costieri, porti piccoli e percorsi pianeggianti lungo il mare. Anche il sistema dell'Archipelago Sea National Park consente di esplorare ambienti naturali senza grandi dislivelli, grazie a traghetti locali e infrastrutture leggere.

In questo contesto, la Finlandia per un pubblico over 65 si configura come un paese di grande equilibrio: laghi come Saimaa, città compatte come Helsinki e Tampere, e arcipelaghi come quello di Turku permettono un'esperienza completa ma mai complessa, dove natura, cultura e storia si integrano in modo continuo e accessibile.





## LO SAPEVATE?

In Finlandia il rapporto tra uomo e natura si sviluppa su una scala territoriale dominata da acqua e foreste, in un equilibrio che rende il paese uno dei meno densamente popolati d'Europa e allo stesso tempo uno dei più ricchi di ecosistemi lacustri. Una delle caratteristiche più distintive è la presenza di circa 188.000 laghi, distribuiti soprattutto nelle regioni del sud-est e del centro, che hanno influenzato per secoli i modelli di insediamento e comunicazione. Tra i più significativi si trovano il lago Saimaa, il più grande del paese, e il lago Päijänne, collegati a sistemi fluviali e canali che ancora oggi supportano città e villaggi. La struttura del territorio è fortemente legata alla cosiddetta "regione dei laghi finlandese", un'area che si estende tra città come Savonlinna, Mikkeli e Jyväskylä, dove acqua e foreste di conifere si alternano in un paesaggio continuo modellato dall'ultima glaciazione. Questo processo geologico ha lasciato in eredità anche la presenza di rocce levigate, morene e migliaia di isole lacustri.

Un elemento storico particolarmente rilevante è il legame tra Finlandia e Svezia, durato per oltre sei secoli fino al 1809, periodo durante il quale si svilupparono le prime strutture urbane e amministrative del paese. Città come Turku, uno dei più antichi centri urbani finlandesi, rappresentano ancora oggi questa eredità storica, con un impianto urbano che conserva tracce medievali e successive influenze nordiche.

Dal punto di vista culturale e identitario, la Finlandia è fortemente legata alla lingua e alla tradizione nazionale emersa nel XIX secolo, in particolare attraverso il lavoro del poema epico Kalevala, raccolto da Elias Lönnrot, che ha contribuito alla definizione dell'identità culturale finlandese moderna.

Un altro elemento distintivo è il fenomeno del sole di mezzanotte nelle regioni settentrionali, in particolare in Lapponia, dove durante l'estate il sole non tramonta per settimane, mentre in inverno si verifica il fenomeno opposto della lunga notte artica. Questo influisce profondamente sul ritmo della vita quotidiana e sulle attività tradizionali.

Infine, la Finlandia è uno dei paesi con la più alta integrazione tra natura ed energia sostenibile: gran parte dell'elettricità proviene da fonti idroelettriche, nucleari e bioenergia, mentre le vaste foreste del paese, che coprono oltre il 70% del territorio, rappresentano una delle principali risorse economiche e ambientali, utilizzate secondo criteri di gestione forestale sostenibile tra i più rigorosi al mondo.



# PAESI BASSI – UN TERRITORIO COSTRUITO TRA MARE, TERRE SOTTRATTE ALL’ACQUA E UNA RETE URBANA POLICENTRICA, DOVE LA GEOGRAFIA IDRAULICA HA MODELLATO STORIA, INSEDIAMENTI E IDENTITÀ NAZIONALE



Situati nella parte nord-occidentale dell’Europa continentale, i Paesi Bassi rappresentano uno dei casi più significativi al mondo di interazione continua tra ambiente naturale e intervento umano. In primo luogo, il paese è caratterizzato da una relazione strutturale con il mare del Nord e con i sistemi fluviali del Reno, della Mosa e della Schelda, che nel tempo hanno modellato una pianura costiera bassa, in parte sotto il livello del mare, integrata da dighe, canali e terre bonificate (polder). Il territorio è quindi definito da un equilibrio dinamico tra acqua e terra, in cui città, porti e campagne si sviluppano su suoli artificialmente consolidati. Le principali aree urbane si distribuiscono lungo un sistema continuo noto come Randstad, che collega città come Amsterdam, Rotterdam, L’Aia e Utrecht, formando una delle concentrazioni urbane più integrate d’Europa.

Per comprendere l’identità dei Paesi Bassi è necessario partire dalle prime comunità insediate nei delta fluviali del Reno e della Mosa, dove già in epoca pre-romana gruppi di popolazioni germaniche settentrionali si stabilivano su terre paludose e soggette a inondazioni periodiche. In età romana queste aree entrano nell’orbita dell’Impero come regioni di frontiera del limes renano. Successivamente, tra l’Alto Medioevo e il XII secolo, si sviluppano piccoli contesti feudali e comunità costiere che iniziano progressivamente a costruire sistemi di arginatura e drenaggio. In questo periodo emergono centri come Utrecht e le aree commerciali della futura Olanda settentrionale e meridionale, mentre le attività marittime iniziano a collegare il delta con il Mare del Nord e la Lega Anseatica. Tra XVI e XVII secolo, durante l’età d’oro olandese, i Paesi Bassi diventano una delle principali potenze commerciali e navali europee. Città come Amsterdam si affermano come centri finanziari globali, mentre Rotterdam cresce come porto strategico sul delta del Reno. In questo periodo si consolidano anche le prime grandi opere idrauliche, con la costruzione sistematica di dighe, canali e polder che permettono l’espansione del territorio abitabile e agricolo. La struttura dello stato moderno nasce quindi direttamente da un processo continuo di gestione dell’acqua.

I Paesi Bassi sono divisi nelle seguenti aree:

- **RANDSTAD (AREA URBANA OCCIDENTALE) – SISTEMA URBANO CONTINUO CHE INCLUDE AMSTERDAM, ROTTERDAM, L’AIA E UTRECHT, CUORE ECONOMICO E ISTITUZIONALE DEL PAESE**
- **NORD (NOORD-NEDERLAND) – REGIONI DI GRONINGEN, FRIESLAND E DRENTHE, CARATTERIZZATE DA PIANURE AGRICOLE, COSTE SUL MARE DEL NORD E AREE LACUSTRI INTERNE COME IL SISTEMA DEI LAGHI FRISONE**
- **EST (OOST-NEDERLAND) – AREE DI GELDERLAND E OVERIJSEL, CON FIUMI COME IL RENO E L’IJSEL E PAESAGGI FLUVIALI E BOSCHIVI**
- **SUD (ZUID-NEDERLAND) – REGIONI DI NOORD-BRABANT E LIMBURG, CON FORTE INFLUENZA FLUVIALE DELLA MOSA E CONNESSIONI VERSO BELGIO E GERMANIA**
- **ISOLE DEL MARE DEL NORD – ARCIPELAGO DELLE ISOLE FRISONE OCCIDENTALI (WADDEN ISLANDS), TRA CUI TEXEL, VLIELAND E TERSCHELLING, SISTEMA NATURALE DINAMICO TRA MARE E TERRA**

A supporto della struttura territoriale, la rete aeroportuale dei Paesi Bassi è fortemente centralizzata ma funzionalmente distribuita:

- Amsterdam Airport Schiphol - Principale hub internazionale e accesso al sistema Randstad
- Rotterdam The Hague Airport - Accesso all’area sud-occidentale e alla costa del Mare del Nord
- Eindhoven Airport - Accesso al sud industriale e logistico del paese
- Groningen Airport Eelde - Accesso al nord e alle regioni rurali

I Paesi Bassi si configurano come un sistema territoriale altamente antropizzato in cui mare del Nord, delta fluviali, polder, città e infrastrutture idrauliche costituiscono un unico organismo geografico. L’identità del paese nasce proprio da questa relazione continua tra acqua e terra, che ha guidato lo sviluppo storico, urbano ed economico fino alla configurazione contemporanea.

# TRA CITTÀ COMPATTE, CANALI LENTI E PAESAGGI D'ACQUA FACILMENTE FRUIBILI

## I LUOGHI E LE ESPERIENZE PER UN VIAGGIO OVER 65 FUORI DAI PERCORSI BATTUTI

Un viaggio nei Paesi Bassi dopo i 65 anni si sviluppa in modo particolarmente armonico grazie a un territorio pianeggiante, distanze brevi e una rete di trasporti capillare che collega città storiche, villaggi e aree naturali senza complessità logistica. L'esperienza si costruisce su ritmi lenti, con spostamenti brevi e una forte continuità tra ambiente urbano e paesaggio.

Dal punto di vista naturale, il sistema costiero e lacustre offre scenari accessibili e ben organizzati. Le Wadden Islands, in particolare Texel, rappresentano un ambiente pianeggiante fatto di dune, piste ciclabili e villaggi ordinati, con collegamenti regolari via traghetto. Nell'area del IJsselmeer, città come Enkhuizen e Hoorn offrono lungolaghi, porti storici e centri urbani compatti facilmente percorribili a piedi.

La dimensione urbana è uno dei punti di forza principali del paese. Ad Amsterdam, il sistema di canali come il Grachtengordel consente una fruizione continua della città, con musei come il Rijksmuseum e il Van Gogh Museum concentrati in aree ben collegate. Anche Utrecht offre un centro storico compatto con canali a livello stradale come Oudegracht, facilmente accessibili e privi di dislivelli significativi.

La dimensione culturale e storica si sviluppa nei centri urbani legati alla storia commerciale e artistica del paese. A Haarlem, il Frans Hals Museum racconta la pittura olandese del XVII secolo in un contesto urbano raccolto. A Leiden, il Rijksmuseum van Oudheden e i canali storici permettono una lettura semplice e lineare della storia urbana, mentre a Delft il centro storico in mattoni e ceramiche blu si sviluppa in un impianto urbano compatto e pianeggiante.

Sul piano territoriale, anche le aree rurali offrono esperienze rilassate e facilmente fruibili. Nella regione del Veluwe, il De Hoge Veluwe National Park propone percorsi pianeggianti tra foreste e dune interne, con accessi regolati e servizi distribuiti. Nella regione del Drenthe, villaggi come Orvelte offrono un ambiente rurale ordinato, con architetture storiche e percorsi facilmente percorribili.

In questo contesto, i Paesi Bassi si presentano come una destinazione ideale per un pubblico over 65: città compatte come Amsterdam, Utrecht e Delft, sistemi d'acqua come IJsselmeer e canali urbani, e aree naturali come Veluwe e le isole Wadden costruiscono un viaggio continuo, accessibile e profondamente leggibile, senza necessità di percorsi complessi o spostamenti impegnativi.





## LO SAPEVATE?

Nei Paesi Bassi il rapporto tra uomo e territorio è uno dei più stretti e ingegnerizzati al mondo, al punto che una parte significativa del paese si trova sotto il livello del mare e viene costantemente protetta da un sistema avanzato di dighe, barriere e opere idrauliche che hanno trasformato l'acqua da minaccia a elemento strutturale del paesaggio. Gran parte del territorio attuale è infatti il risultato di secoli di bonifiche e polder, ovvero aree di terra sottratte al mare o ai laghi e rese abitabili attraverso un complesso sistema di drenaggio. In questo contesto rientra anche l'Afsluitdijk, la grande diga che ha separato lo Zuiderzee trasformandolo nell'attuale IJsselmeer, modificando radicalmente la geografia del nord del paese. Un altro elemento iconico è il sistema delle opere del Delta Works, considerato tra i più complessi sistemi di difesa costiera al mondo, progettato per proteggere le regioni sud-occidentali dopo la grande alluvione del 1953. In queste stesse aree, il paesaggio alterna dighe, isole artificiali e riserve naturali come l'Oosterschelde, dove l'acqua rimane ancora oggi soggetta all'influenza delle maree.

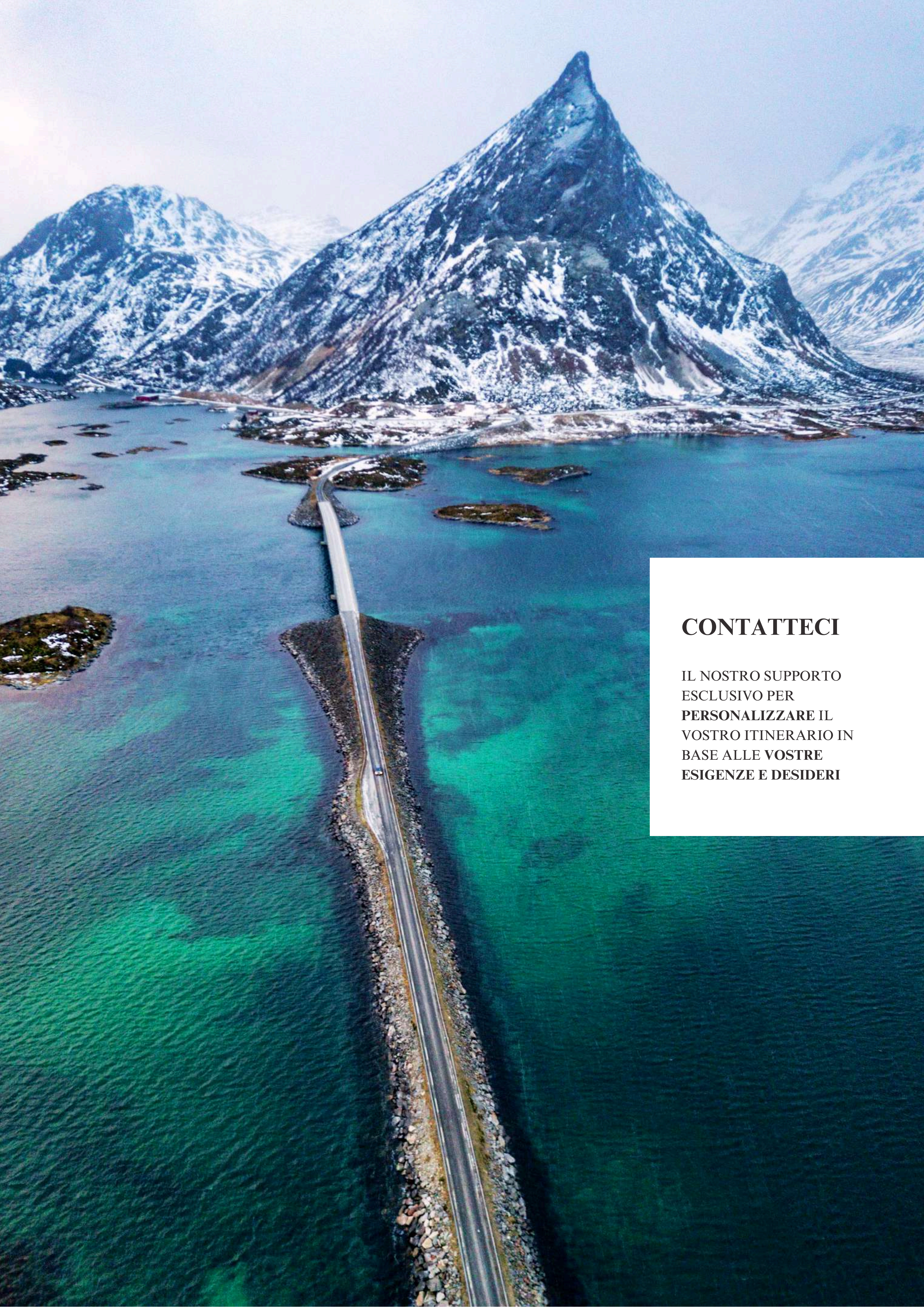
I Paesi Bassi sono anche uno dei paesi più ciclabili d'Europa, con una rete estremamente capillare di piste e infrastrutture dedicate che collega città, villaggi e aree naturali senza soluzione di continuità, rendendo la bicicletta uno dei principali mezzi di spostamento quotidiano.

Dal punto di vista storico ed economico, il paese ha avuto un ruolo centrale nelle rotte commerciali globali tra XVI e XVII secolo, grazie alla Compagnia Olandese delle Indie Orientali (VOC), una delle prime grandi compagnie multinazionali della storia, che contribuì allo sviluppo di città portuali come Amsterdam e Rotterdam e alla creazione di reti commerciali intercontinentali.

Alcuni elementi culturali sono diventati simboli riconoscibili a livello internazionale, come i mulini a vento di Kinderdijk, oggi patrimonio UNESCO, originariamente parte del sistema di gestione delle acque, oppure i mercati del formaggio di Alkmaar e Gouda, che riflettono una tradizione commerciale ancora viva e legata ai centri storici delle città.

Anche la floricoltura ha un ruolo centrale nell'identità del paese, con il mercato dei fiori di Aalsmeer che rappresenta uno dei principali hub mondiali del settore, mentre i campi di tulipani che fioriscono tra la primavera e l'inizio dell'estate trasformano alcune regioni in paesaggi geometrici e colorati.

Infine, la relazione con l'acqua ha influenzato anche la forma delle città: Amsterdam, con il suo sistema di canali concentrici riconosciuto dall'UNESCO, e Rotterdam, ricostruita in chiave moderna dopo la Seconda guerra mondiale, rappresentano due interpretazioni diverse dello stesso elemento fondamentale, l'acqua, che continua a definire l'identità complessiva del paese.



## **CONTATTECI**

**IL NOSTRO SUPPORTO  
ESCLUSIVO PER  
PERSONALIZZARE IL  
VOSTRO ITINERARIO IN  
BASE ALLE VOSTRE  
ESIGENZE E DESIDERI**



## **VOLETE RICHIEDERE UN PREVENTIVO?**

Ci auguriamo che questa travel planner sia stata di vostro gradimento e fonte di ispirazione per il vostro prossimo viaggio.

Se desiderate organizzare il vostro prossimo viaggio, cliccate sul pulsante “Richiesta itinerario e preventivo”.

Compilate e inviate il modulo e vi contatteremo a breve per creare il vostro preventivo personalizzato.

**RICHIESTA ITINERARIO E PREVENTIVO**



# Atlantic Travel & Tours Ltd

London, New York  
Los Angeles, Miami  
Denver

## **ATLANTIC TRAVEL & TOURS LTD**

**SOCIETÀ CON SEDI OPERATIVE NEGLI STATI UNITI E NEL REGNO UNITO**

USA - DENVER - COLORADO - COMPANY REGISTRATION NUMBER: 202 110 96 014

REGNO UNITO - LONDRA - COMPANY REGISTRATION NUMBER: 130 288 33

### **E-MAIL**

USA - [unitedstatesadministration@atlantictourstravel.com](mailto:unitedstatesadministration@atlantictourstravel.com)

REGNO UNITO - [unitedkingdomadministration@atlantictourstravel.com](mailto:unitedkingdomadministration@atlantictourstravel.com)

### **WEBSITE**

[www.visitatlantictraveltours.com](http://www.visitatlantictraveltours.com)

### **CONTATTI COMPLETI**

[www.visitatlantictraveltours.com/it/contact](http://www.visitatlantictraveltours.com/it/contact)