Slow Travel im Finnischen Seenland

REISE Wo Seen, Sauna und ein Sommerhaus den entschleunigten Takt bestimmen

LAKELAND FINLAND/PR – Der Tag gehört dem Wasser. Schwimmen im See, eine Kanutour, angeln, dazwischen ein Spaziergang am Ufer oder einfach nur auf dem Steg des Mökki liegen und in die Sonne blinzeln. Genau dieses entspannte Lebensgefühl prägt den Sommer in Lakeland Finland und macht das Finnische Seenland zum Sehnsuchtsziel für alle, die ihren Urlaub entschleunigt und naturnah verbringen möchten.

Rund 200 Kilometer nordöstlich von Helsinki beginnt Lakeland Finland: Ein schier unendlich grün-blaues „Wimmelbild“ aus mehr als 55.000 Seen, Inseln und Wäldern, dass sich vom größten natürlichen Süßwassersee, dem Saimaa See, bis fast in den Norden Finnlands erstreckt.

Viele Finnen verbringen die Sommertage im Finnischen Seenland, meist in einem Mökki unweit des Wassers. Der Urlaub folgt dabei keinem festen Ablauf. Entspannt, mit spontanen Aktivitäten ganz nach Lust und Laune: ob am See, im Boot oder an Land. Diese Haltung gilt längst als Vorbild für entschleunigtes Reisen und hat im Finnischen einen eigenen Ausdruck: „Olla rauhassa“. Gemeint ist, in Ruhe zu sein. Ein Lebensgefühl, das den Urlaub im Finnischen Seenland prägt – getragen von der Natur, der Nähe zum Wasser und den langen, hellen Tagen des Sommers.



Sommer, Sauna, See - Entspannung pur in Lakeland Finland, dem Finnischen Seenland.
BILD: GOSAIMAA



Die Sommertage in Lakeland Finland sind quasi unendlich und die Besucher können auch spät abends noch aktiv unterwegs sein.
BILD: GOSAIMAA

Entschleunigung macht glücklich

Zum neunten Mal in Folge belegt Finnland den Spitzenplatz im World Happiness Report. Wie eng Glück, Gelassenheit und Natur zusammenhängen, lässt sich in Lakeland Finland besonders gut erfahren. Im Sommer verstärken die Weißen Nächte rund um die Sonnenwende das besondere „Chill like a Finn“ Feeling: Dann bleibt es beinahe rund um die Uhr hell, die Zeit dehnt und das Tempo verlangsamt sich. Ein Bad im See nach dem Abendessen, ein Saunagang vor Mitternacht oder einfach noch lange draußen gemeinsam das warme Sonnenlicht genießen. Nichts muss schnell gehen – in der Ruhe liegt die Kraft.

Chill like a Finn

Wer dieses entspannte Lebensgefühl selbst erleben möchte, verbringt den Sommerurlaub ganz authentisch wie die Finnen es machen: im Mökki, dem Sommerhaus, direkt am See. Es ist der Lebensmittel- und Ausgangspunkt für alle und alles. Die meisten Holzhäuschen liegen direkt am Ufer, mit eigenem Steg, Ruderboot und Sauna. Viele sind bewusst einfach gehalten, andere modern skandinavisch ausgestattet. Entscheidend für das Wohlfühlgefühl ist nicht der Komfort, sondern die Nähe zur Natur. Einfachheit und Bescheidenheit sind der neue Luxus. Wer hier wohnt, passt sich automatisch dem Rhythmus des Tages und der Umgebung an.

Fisch angelt man sich für das Abendessen natürlich selbst. Falls das Anglerglück ausbleibt, ist für die nötigsten Einkäufe ein Supermarkt nicht weit entfernt.

Wer Lust auf einen entspannten Mökki-Urlaub am See hat, findet eine große Auswahl an traditionellen und modernen Ferienhäusern und Cottages, die sich bequem online buchen lassen. Weitere Informationen unter www.visitlakelandfinland.com

Hausapotheke im Check

ARZNEIMITTEL Was in keinem Haushalt fehlen sollte

IM NORDWESTENDJD – Plötzliches Fieber in der Nacht, ein verstauchter Knöchel am Wochenende oder Magenbeschwerden nach dem Abendessen: Kleine Notfälle kommen selten gelegen. Wer dann die Hausapotheke griffbereit hat – gut sortiert, aktuell und auf die Bedürfnisse der Familie abgestimmt, spart im Ernstfall Zeit und unnötige Wege. Doch viele Schränke enthalten abgelaufene Medikamente, doppelte Präparate oder Lücken bei wichtigen Helfern. Mindestens zweimal im Jahr, idealerweise im Frühjahr und Herbst, sollte der Bestand kontrolliert werden. Abgelaufene Arzneimittel gehören entsorgt, angebrochene Präparate überprüft und alles kühl, trocken sowie kindersicher gelagert.

Präparate für Kinder und Allergiker

Die Ausstattung sollte zudem auf die Menschen im Haushalt abgestimmt werden. Familien benötigen kindgerechte Mittel, Allergiker passende Präparate, ältere Personen oft zusätzliche Medikamente für die langfristige Einnahme.

Viele bewährte Wirkstoffe sind als preisgünstige Generika erhältlich. Anbieter wie ADGC haben zahlreiche Generikamedikamente im Programm – Präparate mit identischem Wirkstoff, aber oft deutlich niedrigerem Preis. Ärztinnen und Ärzte sowie die Fachleute in der Apotheke können dazu qualifiziert beraten.

Mittel gegen Schmerzen, Schnupfen und Co.

Zur grundsätzlichen Ausstattung einer Hausapotheke gehören Mittel gegen Schmerzen und Fieber wie Ibuprofen oder Paracetamol – möglichst in geeigneten Dosierungen für Erwachsene und Kinder. Hinweise zum richtigen Einsatz solcher Präparate finden sich unter anderem auf Informationsportalen wie www.adgc.de in der Rubrik „Wissenswertes“. Ergänzend sinnvoll sind Präparate gegen Erkältungsbeschwerden, etwa abschwellende Nasensprays oder Hustenmittel, sowie gegen typische Magen-Darm-Probleme wie Durchfall, Verstopfung oder Sodbrennen.

Verbandsmaterial für Notfälle

Für kleinere Verletzungen sollten Desinfektionsmittel, Pflaster in verschiedenen Größen, sterile Kompressen, Verbandsmaterial und eine Wund- und Heilsalbe parat liegen. Auch kühlende oder wärmende Packs sowie Gele gegen Prellungen oder Zerrungen können im Alltag hilfreich sein. Praktisch sind außerdem ein digitales Fieberthermometer, Dosierhilfen für Kinderarzneien und eine Liste wichtiger Notfallnummern. Je nach Jahreszeit lohnt es sich, die Hausapotheke entsprechend anzupassen – beispielsweise mit Antihistaminika im Frühjahr oder Elektrolytlösungen und Insektengel im Sommer.

MMW II 35 Jahre
MÖBEL · MARKT · Wardenburg II
QUALITÄTSKÜCHE
3,20 m, Hochglanzfronten weiß, magnolie, rot etc., Einbauherd mit Glaskeramikkochfeld, Geschirrspüler, Edelstahldunstabzugsesse, Kühlschrank, Edelstahlspüle, erweiterungsfähig
sämtliche E-Geräte
2.999 €
MODERNE GARTEN-GRUPPE
6 verstellbare Hochlehner-Rattangeflechtsessel mit Auflage, wetterfest + Auszugstisch 160(200)x100
2.499 €
Sonntag Schautag von 15 - 18 Uhr
QUALITÄTS-EINBAUKÜCHE
Fronten in Magnolia-Hochglanz, weiß- oder creme-hochglanz, erweiterungsfähig, 185 x 310 x 305 cm, inkl. Kühlschrank****, Edelstahl-Dunstesse, Glaskeramik-Kochfeld, Einbauherd Edelstahlspüle, Geschirrspüler
sämtliche E-Geräte
4.499 €
ALU-GARTENGRUPPE
Best. aus: 6 Hochlehnerstühlen, 5-fach verstellbar und 1 Klapptisch 1,60 x 0,95 m. Hautsympathische Textilbespannung, wetterfest, pflegeleicht, Modell „Basic Plus“ silberfarben
999€
Hardenbergstr. 5 + 6, 26203 Wardenburg | Telefon 0 44 07 - 22 54
Mo. bis Fr. 14 – 18 Uhr, Sa. 9 – 13 Uhr
Wir liefern und montieren auch oder verleihen kostenlos unseren LKW und PKW-Kombi!

GOLDANKAUF
ANGEKAUFT WERDEN:
· Altgold · Zahngold · Münzen ·
D-Mark Münzen · Uhren · Diamanten
· Gold-Silberbarren · Silber ·
Silberbesteck · Zinn, versilbert
Bis 110,- €/g Feingold
Juwelier Simon
Achternstraße 37 Oldenburg Tel. 99 89 240
Haarenstraße 19 Oldenburg Tel. 2 75 75

Dieter Olbrich
Holz und Kunststoff
Aus eigener Fertigung!
REHAU QUALITY FENSTER-DESIGN
Fenster · Türen · Rollläden · Vordächer
Wintergärten · Fliegengitter
Blumenstraße 5
26209 Hatten-Sandkrug
Tel. 0 44 81/93 54 30 · Fax 0 44 81/93 54 32

NEUES ZUM ALDI PREIS:
ENTDECKEN SIE
VIELE ANGEBOTE
IN UNSEREM MAGAZIN
UND AUF ALDI-NORD.DE
Jeden Tag besonders – einfach ALDI.
ALDI

Angebote gültig vom 20.07. bis 25.07.2026
Bargloyer Straße 61 · Wildeshausen
ZISCH Getränke-Großmarkt
Getränke online bestellen!
Morgens bestellt. Abends geliefert.¹
Zisch Express
zischexpress.de
¹bei Bestellung bis 10 Uhr
Jetzt Neu! Ab sofort liefern wir auch in Wardenburg und Oldenburg!
Paderborner versch. Sorten 20 x 0,5l + 3,10 Pfand 1l = 0,90 10,99 8.99
Emsland Mineralwasser versch. Sorten 12 x 0,7l + 3,30 Pfand 1l = 0,53 4.49
bree Weine versch. Sorten 0,75l, 1l = 5,32 3.99
Alle Preisangaben in Euro. Druckfehler und Irrtümer vorbehalten. Alle Preise = Abholpreise. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. *Solange der Vorrat reicht, Abbildung ähnlich, gegen Pfandausgleich. Ein Angebot der Zisch GmbH, Bargloyer Straße 62, 27793 Wildeshausen.
Montag - Samstag 8 - 20 Uhr geöffnet
Liefer-Hotline 0 44 31-7 24 08 · www.zisch.com

Heidelbeeren
Zum Selbstpflücken in Hülsberg
Mo-. – Fr. 8 – 18 Uhr
Sa. 8 – 14 Uhr
Preis je kg: € 3,80
Schwerter Heidelbeeren
Bachmannsweg 4 • 26219 Bösel-Hülsberg
Tel. 04494/448 • www.schwerter-heidelbeeren.de

GANTERGOLD
SILBER-/GOLDANKAUF & ANTIKES
Wir sind seit Jahren ein etabliertes Unternehmen im Kern der Gemeinde Ganderkesee.
Unsere Kunden können sich auf 100% Diskretion und Seriösität verlassen!
Zu fairen Preisen nehmen wir
• Alt- & Bruchgold
• Feingold & Münzen
• Zahngold - auch mit Zähnen
• Silberbesteck - auch versilbert
• Silberschmuck
• Zinn, Markenuhren & Antikes
in Zahlung.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
NEU! WIR BIETEN EINE GROSSE AUSWAHL AN TRAURINGEN + VERLOBUNGSRINGEN
WIR KAUFEN ZU FAIREN PREISEN! 100% DISKRET 100% SERIÖS
ÖFFNUNGSZEITEN
MO – FR: 10⁰⁰ – 17³⁰ UHR • SA: 10.⁰⁰ – 13.⁰⁰ UHR
AUF WUNSCH KOMMEN WIR AUCH GERNE ZU IHNEN NACH HAUSE!
04222 – 9242214 • Rathausstraße 9 – 27777 Ganderkesee
GUTE PREISE GARANTIERT SOFORT BARGELD