



**Erasmus + HELSINKI**





**Un Diario di Viaggio di**



Elisabetta Marra



# Erasmus plus

29 giugno – 6 luglio 2025

Bandiere raccolte



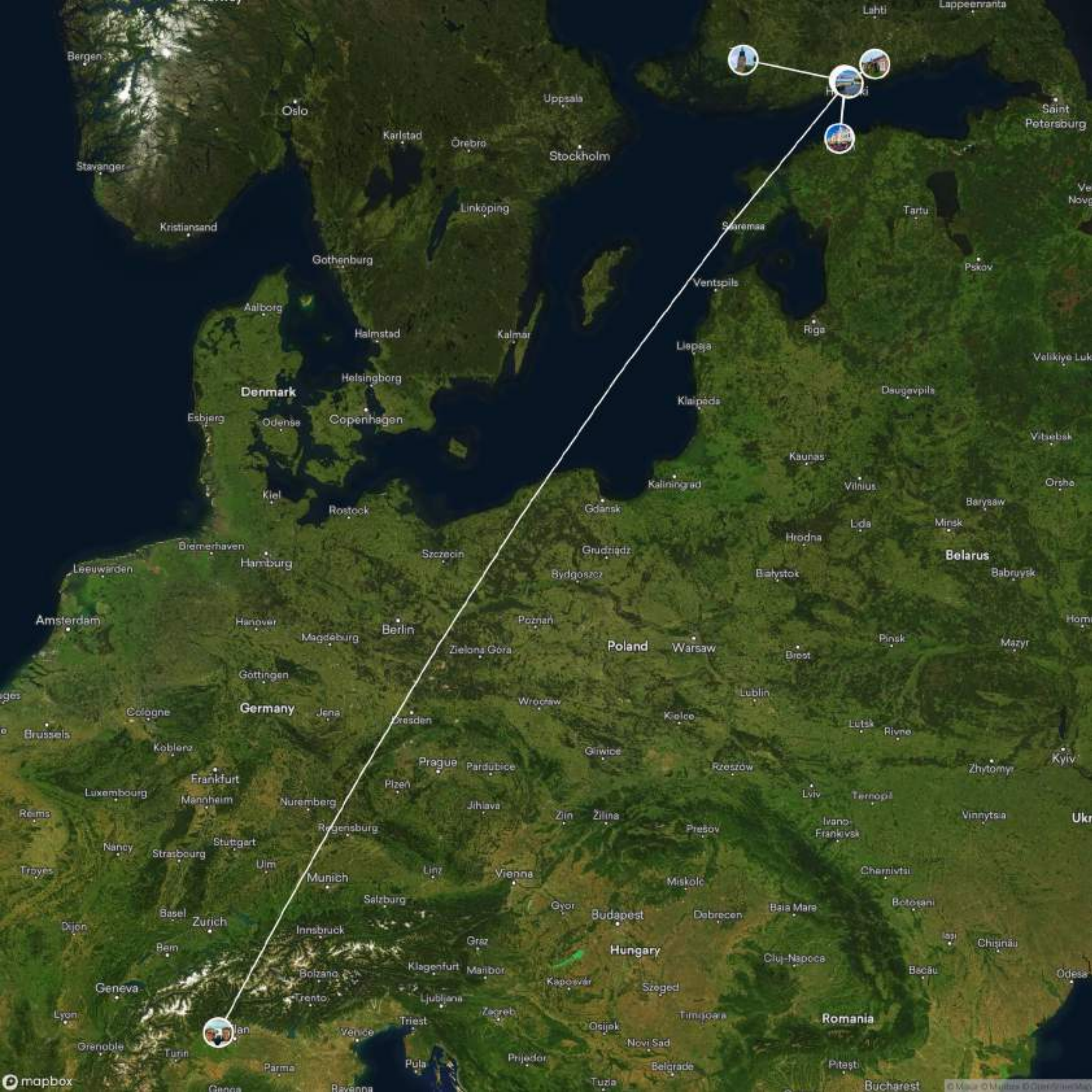
Elisabetta

  
**14**  
impronte

  
**3**  
paesi

  
**9**  
giorni

  
**2.507**  
chilometri



Giorno 1



# Helsinki stiamo arrivando!

 29 giugno 2025, Italia, Vanzaghella

In viaggio verso l'aeroporto 

Ora

09:11

Giorno sereno

 28 °C

Altitudine

188 m





## Giorno 8: eccoci di nuovo a Cuneo



29 giugno 2025, Finlandia, Helsinki

Ed eccoci di ritorno a casa! Dopo otto giorni vissuti fianco a fianco, è arrivato il momento di salutarci e tornare alle nostre famiglie, con il cuore pieno di emozioni e la testa ancora un po' tra i ricordi di un'esperienza che ci ha unite tantissimo.

Ci siamo chieste spesso: riusciremo a mettere in pratica tutto quello che abbiamo visto, ascoltato e imparato? Beh, lo scopriremo da settembre, quando torneremo nelle nostre scuole... cariche di nuove idee!

Una cosa è certa: siamo state una squadra affiatata! Abbiamo camminato chilometri (forse troppi?), esplorato la vita quotidiana dei finlandesi e osservato con curiosità il loro stile di vita così diverso dal nostro. In un Paese dove il sole sembrava non voler mai andare a dormire e il buio era solo un'ombra fugace, anche noi sembravamo instancabili: energia a mille e sonno... praticamente inesistente!

Ogni giornata è stata un concentrato di scoperte, risate e meraviglia. E ora? Ci portiamo a casa tutto questo, con la voglia di continuare a crescere insieme, anche da lontano.

Grazie Denise e Valentina per aver condiviso questo viaggio con me! 😊



Elena km50 Bentornate!



Elisabetta Marra Grazie!!

Ora

18:06

Vento



18 °C

Altitudine

10 m













Giorno 1



## Alla volta dell'isola di Suomenlinna

 29 giugno 2025, Finlandia, Helsinki

Paesaggio dai colori meravigliosi. L'isola è patrimonio UNESCO. Habitat naturale per la nidificazione di molte anatre. Attraversando l'isola ne abbiamo viste tantissime passeggiare con i loro piccoli.

 Carla Cervella Buona settimana  un abbraccio

 Elisabetta Marra Grazie! 🍷

Ora

20:17

Vento

 16 °C

Altitudine

3 m





Giorno 2



## Giorno 2: si inizia a lavorare...

 30 giugno 2025, Finlandia, Helsinki

Ma prima: visita alla stazione centrale, biblioteca Nazionale, piazza del Senato con la Cattedrale, mercato coperto e pranzo tipico finlandese. Al pomeriggio corso: il sistema scolastico finlandese. È stato bello conoscere tanti insegnanti provenienti da diversi Stati Europei. 🇪🇺



Elena km50 Che meraviglia!!!



Era ora che cominciaste a lavorare, neanche foste in vacanza! 🍷 Buona settimana, godetevela tutta! Un abbraccio, Valeria 🍷 [Valeria]

Ora

11:12

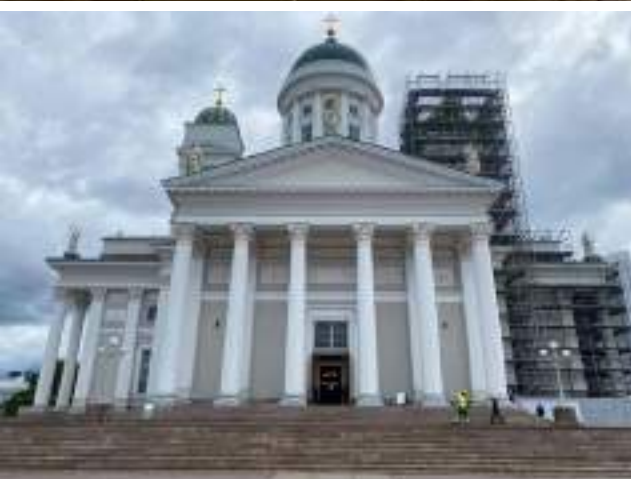
Nuvoloso

 17 °C

Altitudine

14 m









## Giorno 3: Mindfulness

 1 luglio 2025, Finlandia, Helsinki

Oggi la giornata è iniziata presto con una bella sauna finlandese seguita da doccia fredda. Quindi visita della città con il gruppo di lavoro accompagnato da una guida orientale. Dopo pranzo il corso: pedagogia positiva e mindfulness (teoria e pratica). Ora ci aspetta una cena tipica finlandese a base di carne di renna.

Ora

19:22

Nuvoloso

 21 °C

Altitudine

11 m







## Giorno 4: biblioteca centrale Oodi

 2 luglio 2025, Finlandia, Helsinki

Oggi è stata una giornata molto interessante iniziata con la visita alla biblioteca Oodi, uno spazio enorme, su più piani, dove è possibile svolgere le attività più disparate: giocare a scacchi, ai videogiochi, cucire, cucinare... e anche leggere. Ci sono diversi spazi dedicati ai bambini. All'interno della biblioteca abbiamo svolto una caccia al tesoro molto divertente.

Ora

19:40

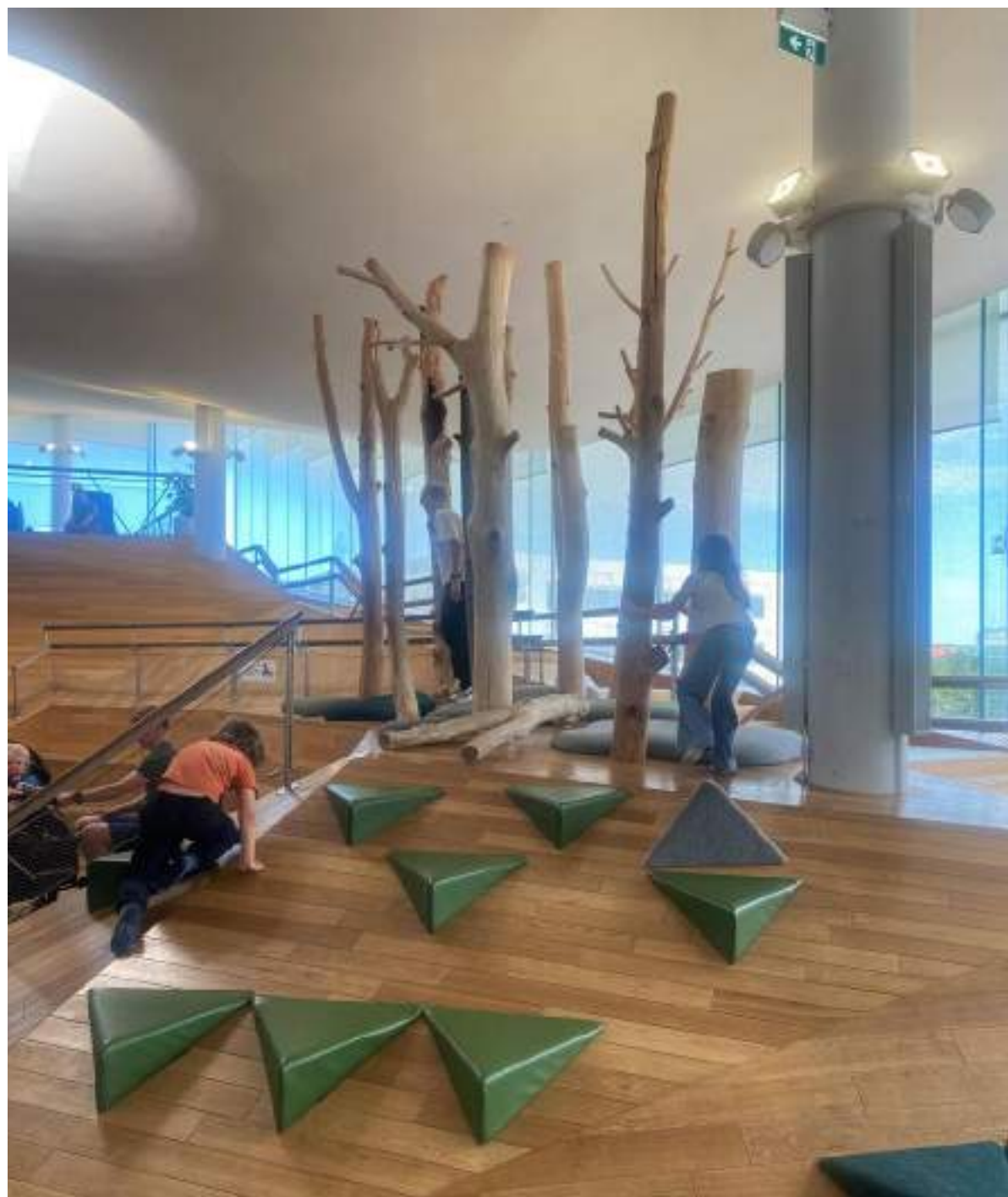
Nuvoloso

 23 °C

Altitudine

11 m







## Serata al parco Tölöviks- parken

 2 luglio 2025, Finlandia, Helsinki

Dopo una giornata di studio, lunga passeggiata attorno al lago Töölönlahti Tölövikén. Bello vedere come i finlandesi conducano una vita “lenta”.

Ora

20:29

Nuvoloso

 23 °C

Altitudine

5 m







## Giorno 5: Finnish Schools

 3 luglio 2025, Finlandia, Helsinki

“La tua giornata scolastica ispirata al movimento.”

La scuola finlandese propone 15 minuti di pausa attiva ogni 45 minuti di lezione per aumentare l'attenzione, rilassare o dare energia agli studenti. Attraverso un lavoro individuale, di gruppo e il confronto, ognuno ha potuto conoscere le diverse realtà dei docenti Europei, nei diversi ordini di scuola. Poi, all'aperto, abbiamo sperimentato facili attività funzionali e divertenti, volte a ravvivare le giornate scolastiche.

Ora

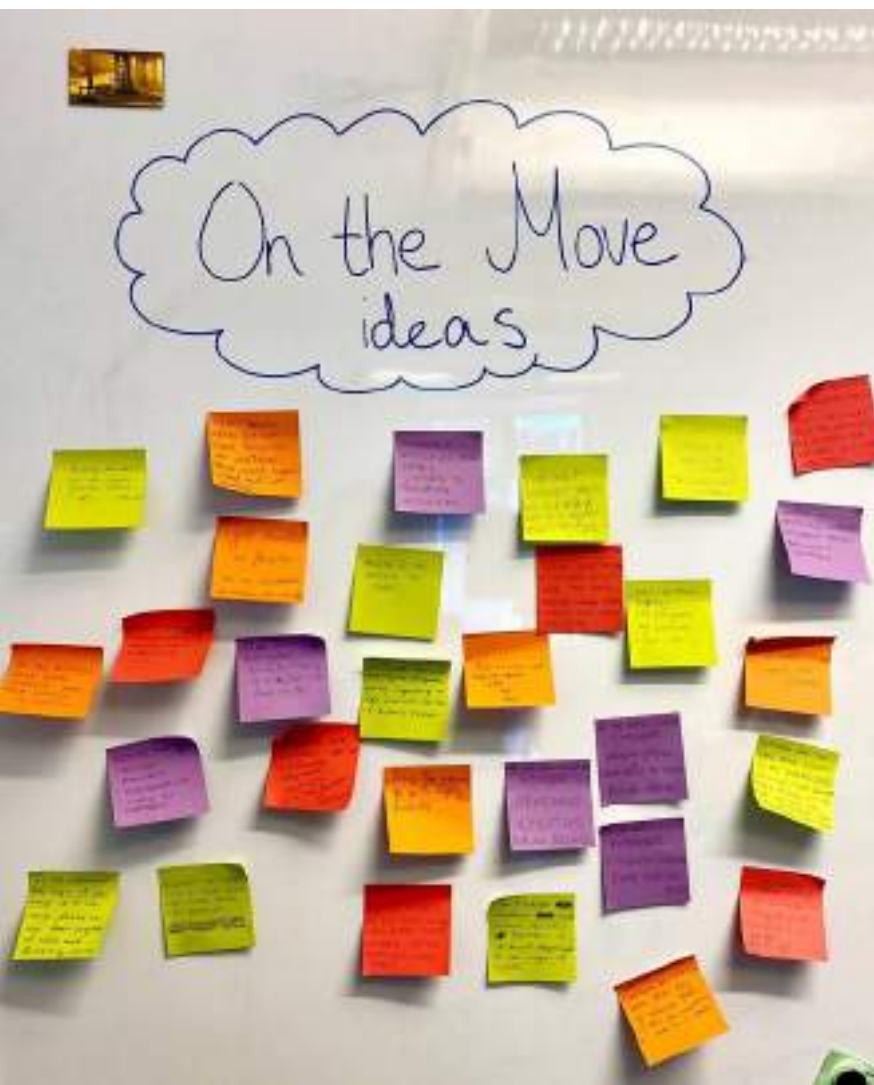
12:25

Nuvoloso

 20 °C

Altitudine

40 m





## Giorno 5: in gita a Porvoo

 3 luglio 2025, Finlandia, Porvoo

Porvoo incanta con il suo fascino senza tempo: le casette di legno color pastello si affacciano placide sul fiume, mentre le stradine acciottolate raccontano storie antiche. Passeggiare nel centro storico è come sfogliare un libro illustrato della Finlandia più autentica, tra caffè accoglienti, botteghe artigiane e il silenzio che sa di pace nordica. Un angolo di mondo dove il passato e la natura convivono in perfetta armonia.

Ora

15:29

Nuvoloso

 22 °C

Altitudine

20 m







## Giorno 6: incontro finale

 4 luglio 2025, Finlandia, Helsinki

Oggi si è concluso il nostro corso di aggiornamento ad Helsinki.

È stata un'esperienza davvero arricchente.

In questa settimana ci siamo sentite cittadine europee.

Questa mattina abbiamo prestato attenzione alle necessità della nostra scuola e alle possibili azioni che possiamo mettere in atto per raggiungere i nostri obiettivi.

Ora

11:09

Vento

 16 °C

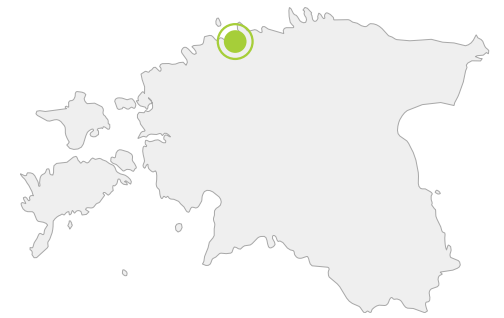
Altitudine

40 m

Mirjami Junnikkala

PORTALO A CASA, FALLO  
ACCADERE





# TALLINN- Estonia

 4 luglio 2025, Estonia, Tallinn

Due ore di traghetto e siamo a Tallinn, perla dell'Estonia. Casette colorate dai tetti rossi, botteghe artigiane di ambra baltica, chiese, vicoli, acciottolati... e poi una luce magica, il cielo azzurro e il vento.

Una visita meravigliosa. Un incontro inaspettato e una cena tipica in un allegro locale. Infine il tramonto sul mare. Cosa chiedere di più?

Ora

16:26

Vento



16 °C

Altitudine

34 m









## Giorno 7: museo all'aperto di Seurasaari

 5 luglio 2025, Finlandia, Helsinki

Un villaggio rurale nel bosco dell'isola ricostruito con edifici in legno provenienti dall'entroterra finlandese. Scenario rurale ed atmosfera pacifica dove vivono uccelli di varie specie, scoiattoli e lepri.

Ora

10:24

Parzialmente nuvoloso



14 °C

Altitudine

4 m







## Giorno 7: Un pomeriggio a Turku

 5 luglio 2025, Finlandia, Turku

Turku è una delle città più antiche della Finlandia. È stata la prima capitale, prima che il titolo passasse a Helsinki nel 1812.

Abbiamo visto il Castello, un'imponente fortezza medievale, la Cattedrale che è la chiesa luterana più importante della Finlandia. Su un "chiatta" abbiamo attraversato il fiume Aura, il cuore della città: le sue rive sono piene di caffè, ristoranti, barche e mercatini.

Peccato per la pioggia che non ci ha permesso di assaporare al meglio questa uscita.

Ora

16:27

Pioggia

 16 °C

Altitudine

13 m









## Giorno 8: si torna a casa

 6 luglio 2025, Finlandia, Helsinki

Stamattina ci siamo concesse un po' di sonno in più, giusto per affrontare al meglio il grande rientro. Prima tappa? Una rilassantissima sauna finlandese, ovviamente! Poi via di pranzetto tipico: salmone delizioso, muikku (quei pesciolini d'acqua dolce simili alle alici) e le immancabili polpette di renna. E dopo questo pieno di gusto... via di corsa verso l'aeroporto!

Ciao Helsinki, sei stata una meraviglia. Ci resterai nel cuore!  

Ora

12:22

Nuvoloso

 15 °C

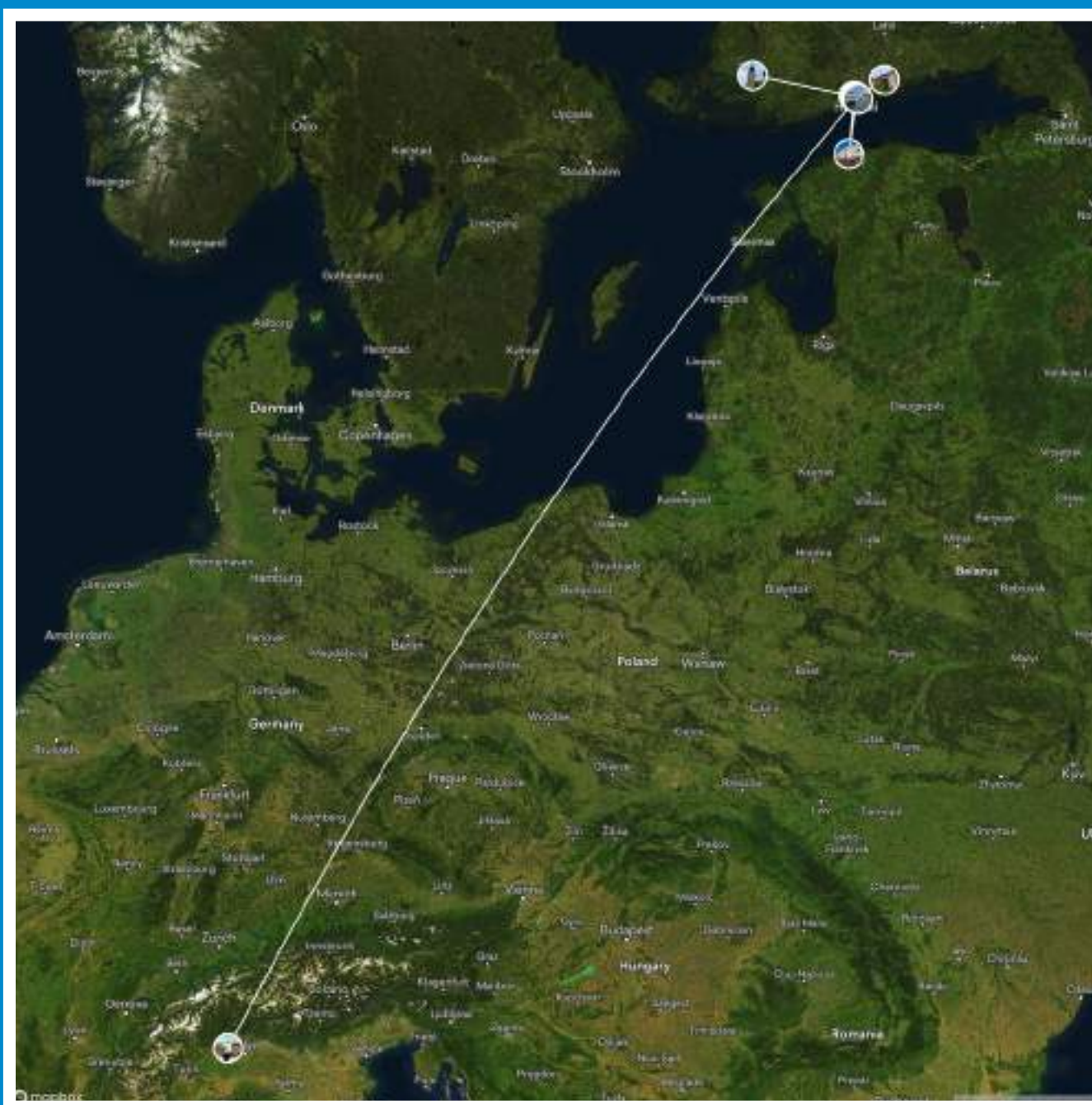
Altitudine

14 m









I tuoi viaggi FindPenguins in un libro.

