

召集所有「精芬」，在芬蘭「芬享幸福生活」！

- 加入「芬享幸福生活」(Rent a Finn)之旅，體會芬蘭人的幸福真諦
- 2019年4月21日截至報名



2019年4月8日：芬蘭旅遊局面向全球發出招募邀請，誠邀包括大中華區在內的全球遊客加入其全新推出的「芬享幸福生活」(Rent a Finn)之旅，在芬蘭當地居民的帶領下探索芬蘭人民的幸福真諦，領略芬蘭人民與自然和諧共生的生活之道。

今個夏季，芬蘭當地居民將化身為「幸福嚮導」，為來自世界各國的遊客開啟「芬享幸福生活」的大門。獲選的遊客將受芬蘭當地居民邀請前往他們家中作客，讓遊客以當地人的視角親近自然，並了解芬蘭人獨有的放鬆身心的方式。

芬蘭旅遊局歡迎中國遊客踴躍報名，前往芬蘭做一名地道的「精芬」！「精芬」一詞源自於芬蘭藝術家卡羅麗娜·克羅恩 (Karoliina Korhonen) 創作的漫畫《芬蘭人的噩夢》(Finnish Nightmares)，裡面的主人公馬蒂是一個典型的芬蘭人，喜歡安靜，享受個人空間。這部漫畫的中文版出版以後，很多中國網友都感同身受，「精芬」這個新的詞彙應運而生，意為「精神上的芬蘭人」，泛指像芬蘭人一樣不愛社交，極度注重個人空間的一類人。

如果你也是一名精芬，不妨加入我們的「芬享幸福生活」活動，在芬蘭開啟一場純正的「精芬」之旅！活動申請將於**2019年4月21日**截止。

研究表明，大自然有助於人們平衡身心、釋放壓力，例如在大自然中進行一場短途的漫步都有降低血壓、舒緩心情、促進體內安多酚分泌的積極作用。**2019年3月20日**，在聯合國發佈的《**2019年**全球幸福指數報告》中，芬蘭再度榮居榜首，連續兩年成為全球最幸福的國家*。

芬蘭國家商務促進局國際行銷高級總監 **Heli Jimenez** 表示：「許多遊客都是為了追尋寧靜和諧的自然風光而選擇赴及芬蘭旅遊。此次的『芬享幸福生活』之旅旨在回應「像當地人一樣生活」的全球旅遊趨勢，與全世界一起分享原汁原味的芬蘭生活方式。」

「純淨的大自然是芬蘭生活中不可或缺的一部分。無論天氣如何，我們都會進行不同的戶外活動，讓我們的孩子們在戶外嬉戲玩耍，讓他們在大自然中度過大部分的歡樂閒暇時光。同時，我們的幸福嚮導都具有強烈的環境意識，都熱愛大自然並且都推崇慢節奏的生活，」 **Heli Jimenez** 繼續說道。

「芬享幸福生活」之旅已遴選出八位芬蘭當地居民作為幸福嚮導，這八位嚮導從數百名申請者中脫穎而出，將在為期數天的行程中帶領遊客體驗屬於芬蘭當人特有的在大自然中放鬆解壓的方式。

「親近自然的方式有很多，比如修剪綠植、划船、垂釣、蒸桑拿、在森林中搜尋蘑菇和漿果等。」幸福嚮導 **Linda Räihä** 如是說道。

「芬享幸福生活」之旅將於 2019 年夏季啟程，獲選的遊客將免費參與此次旅程。

「芬享幸福生活」活動由芬蘭高效率培訓企業 **Hintsa Performance** 提供協助。**Hintsa Performance** 堅信平衡的生活方式能夠造就出色的工作效率，他們提倡的工作效率培訓方式贏得全球各地組織的高度認可，公司的服務的客戶涵蓋眾多世界 500 強企業以及世界一級方程式錦標賽。

「芬享幸福生活」活動官網上也推出了以 **Hinsta** 方法理念為依據的小測試，能夠讓您更了解自己的生​​活平衡程度，並為您提供釋放壓力、保持身心健康方面的建議。

Hintsa Performance 首席運營官 **Annastiina Hintsa** 表示：「現代人的生活充滿了緊張感，讓心情保持放鬆成為一件難事。親近大自然有助於人們重新喚醒身心活力，認清自身，感受當下正是放鬆解壓和保持高效的第一步。」

歡迎前往活動官網 rentafinn.com，報名參加我們的「芬享幸福生活」之旅，跟隨幸福嚮導體驗最地道的芬蘭生活方式！如需了解有關芬蘭的更多資訊，請訪問芬蘭旅遊局官網 visitfinland.com。

媒體垂詢，敬請聯絡：

GHC Asia

Ines Yu

電郵：ines.yu@ghcasia.com

電話：+852 31630155

「芬享幸福生活」

- 「芬享幸福生活」是芬蘭旅遊局策劃舉辦的一項試驗性活動，由芬蘭當地人擔任赴芬蘭遊客的幸福嚮導，將於 2019 年夏季正式開幕。
- 截止報名為 2019 年 4 月 21 日。
- 如需獲取更多資訊或報名參加活動，請點擊 www.rentafinn.com

關於芬蘭旅遊局 (Visit Finland)

芬蘭旅遊局隸屬於芬蘭國家商務局 (Business Finland)，致力於推廣芬蘭的旅遊目的地形象，向全球旅行者推廣芬蘭，並幫助芬蘭旅遊企業拓展全球市場。芬蘭旅遊局與當地旅遊區、旅遊企業、出口商及大使館緊密合作，共同促進芬蘭旅遊業的發展。

如需了解更多資訊，請訪問 www.visitfinland.com。

芬蘭國家商務促進局總部位於芬蘭赫爾辛基，旨在促進芬蘭貿易、帶動芬蘭投資、推廣芬蘭旅遊、為芬蘭的創新提供資金支持。芬蘭國家商務促進局全權隸屬於芬蘭政府，在全球有 40 多個辦事處，在芬蘭有 20 個地區辦公室，共有 600 餘名專業僱員。芬蘭國家商務促進局也是芬蘭工作組成員機構之一。

www.businessfinland.com

*聯合國《2019 年全球幸福指數報告》<http://worldhappiness.report/ed/2019/>
2019 好國家指數 <http://goodcountryindex.org>

「芬享幸福生活」之旅來自幸福嚮導的心聲

Esko

Esko 是羅瓦涅米市市長。羅瓦涅米是由官方認證的聖誕老人的故鄉，位於拉普拉地區，緊鄰北極圈。**Esko** 每年夏天的大部分時間都和家人一起在夏季木屋中度過，這也是芬蘭人最傳統的消暑方式。

「和家人一起享受大自然中的時光是最令我感到幸福的事。各種各樣的水上活動還有釣魚也會為我帶來幸福感。」

Hanna

Hanna 是一位 IT 行銷人士，目前在修讀旅遊經濟學位。**Hanna** 對芬蘭的自然懷有巨大的熱情，熱衷於向遊客分享芬蘭的自然奇景。她住在芬蘭南部的都會城市，但是夏天的大部分時間都會在群島地區乘船巡遊，冬天則在拉普拉滑雪，因此她對芬蘭的很多自然勝境再瞭解不過了。

「在風景優美的海上小島一邊聆聽海浪的聲音，一邊欣賞炫美的日落景致，這就是我幸福的泉源。」

Juho

Juho 在日本出生並長大，目前和他的未婚妻 **Marjukka** 以及愛犬 **Dobby** 住在赫爾辛基附近的基爾科努米。**Juho** 是一位城市白領，從事新媒體和健康科技相關的工作。

「簡單的戶外生活能夠激發我的靈感。我很重視用全部的感官來感受大自然，比如在自然中靜靜的享受當下或是進行一些體力運動、架起一堆篝火、伴隨清晨的露水酣暢呼吸，或是感受腳下的土壤。」

Katja

Katja 是一位社會服務學者兼瑜伽老師，她住在赫爾辛基附近一片風景如畫的 **Käpylä** 林區。她希望能向遊客們展示如何在城市的界限內感受自然。

「在自然中的冥想時刻。鬱鬱蔥蔥的森林、寧靜的湖泊、桑拿，與野鹿和小鳥的神奇邂逅，這些都會令我感到幸福。」

Laura 及 Joni 夫婦

Laura 和 **Joni** 夫婦以及他們的愛犬 **Watti** 住在拉普蘭北部的 **Sodankylä**，是熱衷於戶外活動的一家人。他們每天都會到森林裡散步，夏天的週末經常會徒步或騎行，冬天則會去滑雪。

「為了離大自然更近一些，我們從芬蘭南部搬到了 **Sodankylä**。我們的幸福源自於大自然的靜謐和四季變遷。我們非常喜歡小鎮的氛圍，既有私密感又不會與外界完全隔離。」

Linda 及 Niko 夫婦

Niko 和 **Linda** 夫婦和他們的芝娃娃愛犬 **Helmi** 在波羅的海中部過著他們的幸福生活。他們過去曾住在城市裡，但會經常前往海邊和群島地區，為此他們決定從城裡搬出來會更方便一些。他們目前住在芬蘭最南端的 **Utö** 小島。

「在我們的小島上，時間的運轉都變得與眾不同。時光似乎慢下了腳步，在這裡永遠不需要趕時間。」

Petri

Petri 是一位物理治療師，也是一位自然愛好者。他和妻子 **Sini** 還有愛犬 **Ruu** 住在芬蘭西南部的 **Mathildedal** 村莊裡。

「大自然的靜謐氛圍令人沉醉。一個人靜靜的享受現在，或是在蒸完桑拿之後喝上一杯清爽的啤酒都會讓我感到幸福。」

Timo

Timo 來自拉普蘭，目前和妻子 **Päivi** 及愛犬 **Mosku** 住在芬蘭南部的 **Hämeenlinna** 市。他的工作和自然密切相關，負責為芬蘭國家公園及野生動物保護服務機構（**National Parks and Wildlife Service Finland**）管理博物館和展覽相關的工作。

「大自然的聲音、靜謐之感和潺潺的水聲都會讓我心曠神怡，我想和全世界分享這種幸福的感覺。芬蘭有太多只有當地人才知道的迷人之地了。」

關於“芬享幸福生活”之旅，更多詳情請訪問：www.rentafinn.com