

# FINLANDE POUR LES FAMILLES





## Entrez dans la vie de famille !

L'unité de base de la société finlandaise reste la famille – sous toutes ses formes et tailles.

À quoi ressemble la vie de famille en Finlande, la nation continuellement classée comme la plus heureuse du monde ? La flexibilité et l'égalité sont au cœur de nos préoccupations.

Lors de la naissance de votre enfant, ou durant la croissance de vos enfants, ou même lors de rebondissements dans la vie, vous pouvez toujours compter sur le soutien et les solutions de ce fabuleux pays nordique.

Une vie professionnelle respectueuse de la famille est soutenue par la législation, les conventions collectives et les attitudes et actions positives des employeurs. La réforme du congé parental entrée en vigueur en 2022 soutient la parentalité égalitaire et diversifiée, un bon équilibre travail-vie personnelle et le bien-être des enfants.

Notre système éducatif de haute qualité et nos repas scolaires gratuits aident les parents à faire avancer leur quotidien. En plus de cela, les familles trouvent de la joie dans la vie culturelle polyvalente et le large éventail de loisirs pour les enfants, sans parler de la nature rafraîchissante toujours à proximité de la maison.

Tournez la page et apprenez-en davantage sur la vie de famille et les expériences en Finlande !

### Anna Kokko

Gestionnaire de programmes, spécialiste  
Programme Milieu de travail favorable à la famille  
Fédération des familles de Finlande

## Contenu

- 04 Égalité des chances pour les familles
- 06 Concilier vie professionnelle et vie privée
- 12 Les enfants sont valorisés
- 18 L'éducation des enfants est de haut niveau
- 22 Vie professionnelle flexible
- 26 Opportunités de loisirs
- 30 Environnement et nature
- 32 Habitat de qualité
- 35 Travailler en Finlande – que dois-je savoir ?

Ministère finlandais des Affaires étrangères, 2023.

Texte : Otavamedia, Katja Pantzar, Sami Anteroinen, Katja Alaja, Maarit Seeling

Production : Otavamedia

Conception de mise en page : Otavamedia, Petra Antila

Couverture : Otavamedia, Sabrina Bqain

Photos : Otavamedia, Sabrina Bqain, Laura Vesa, Jonne Räsänen, Kaisa Siren



**En Finlande,  
les familles  
et les enfants  
sont pris  
en charge,  
ainsi que le  
bien-être des  
familles et de  
la société dans  
son ensemble.**



### Une vie de famille agréable en Finlande

Le secret du bonheur réside dans la solide infrastructure nordique de bien-être bâtie au fil du temps.

Depuis 2018, la Finlande est désignée chaque année comme le pays le plus heureux du monde par le World Happiness Report.

Le terme « bonheur » évoque des idées différentes dans différentes cultures. Dans certains pays, les manifestations extérieures de richesse matérielle ou de réussite professionnelle peuvent être utilisées pour symboliser la joie. Dans le contexte nordique, mener une vie heureuse est synonyme d'égalité des chances, de bien-être, de confiance et de sécurité.

Ce sont les pierres angulaires de la société, l'infrastructure qui a été soigneusement construite au fil du temps et à travers la lutte, qui vise à fournir à toute personne vivant en Finlande - indépendamment de son origine, de son sexe ou de son revenu - un accès égal aux ressources allant des soins de santé à l'éducation et à la nature.

« L'une des forces de la Finlande en matière de vie de famille est la sécurité et la prise en charge des enfants, qui sont parmi les meilleurs au monde. Les services publics comme les maternités, les cliniques de santé infantile et le

système d'éducation de qualité, ainsi que les pères qui passent beaucoup de temps avec leurs enfants, font tous partie de la recette d'une vie heureuse », explique **Markku Ojanen**, professeur émérite de psychologie à l'Université de Tampere.

#### LES BASIQUES DU QUOTIDIEN

En Finlande, le bonheur commence par les droits élémentaires, le plus fondamental étant l'égalité des chances. Cela signifie que chaque individu devrait avoir accès aux outils qui lui permettent de réaliser son potentiel et de tracer son propre chemin dans la vie, indépendamment de son statut socio-économique, de son sexe ou de toute autre qualité.

« Ce sont les choses quotidiennes qui composent la qualité de vie et rendent une personne heureuse », explique Ojanen.

La qualité de vie des enfants, leurs droits et leur avenir sont continuellement investis et améliorés pour assurer les meilleures fondations possibles pour la vie. L'égalité signifie l'égalité d'accès à l'éducation. C'est pourquoi l'éducation est gratuite pour tous en Finlande, de la maternelle à l'université.

En 1906, la Finlande est devenue le premier pays européen à accorder aux femmes le droit de vote lors des élections nationales. Dans les années 1940, la mise en place de cliniques de maternité et de santé infantile est devenue obligatoire pour les municipalités, garantissant que toutes les femmes enceintes, les enfants et leurs familles reçoivent des soins de santé gratuits.

Aujourd'hui, les femmes représentent 49 % de la population active en Finlande, où la vie professionnelle comprend le congé parental, des horaires flexibles et le travail à distance pour garantir que chacun puisse maintenir un équilibre entre vie professionnelle et vie privée.

Un haut degré de confiance dans les institutions publiques et les concitoyens, la liberté de la presse et une faible corruption contribuent à assurer un système qui fonctionne.

Derrière le bon fonctionnement de l'infrastructure se cache une histoire de développement, de lutte et de changement.

« Une longue ligne de développement, une croissance économique, ainsi qu'une hausse du niveau de vie, des inégalités de revenus relativement faibles, une espérance de vie plus longue (nutrition, santé, changement de la nature du travail), une croyance en l'éducation et en l'avenir, une acceptation de la sécurité sociale générale et une modestie culturelle ont toutes contribué au bien-être de la société finlandaise », explique **Hanna Kuusi**, professeure d'université en histoire économique et sociale à l'Université d'Helsinki.

Photo : Jussi Hellsten

#### QU'EST-CE QUI FAIT LE BONHEUR DE LA FINLANDE ?

Selon le World Happiness Report, la Finlande a été élue nation la plus heureuse du monde pour la cinquième année consécutive en 2022.

Le rapport classe 156 pays en fonction de leur niveau de bonheur, les habitants de chaque pays étant invités à évaluer leur vie en fonction d'une gamme d'indicateurs de qualité de vie. Il s'agit notamment du PIB par habitant, de l'espérance de vie en bonne santé, de l'aide sociale disponible, de la liberté de décision, de la confiance dans le gouvernement, de la qualité de la démocratie, de la générosité dans la société et de l'absence de corruption.

En Finlande, la formule du bonheur commence par les bases, comme par exemple les soins de santé, la prévention de la pauvreté, la sécurité des revenus et l'accès au marché du travail pour tous.

Selon les comparaisons internationales sur un éventail de paramètres, la Finlande s'en tire bien.

Par exemple, la Finlande a la meilleure gouvernance au monde en termes de participation électorale, d'indépendance législative et de nombre de femmes au Parlement.

Mesurée par des indicateurs politiques, sociaux, économiques et de cohésion, la Finlande est très stable.

Lorsqu'il s'agit de financer le modèle nordique, 80 % des Finlandais sont heureux de payer leurs impôts, 96 % pensent que payer des impôts est un devoir civique important et 98 % pensent que les impôts sont importants pour le maintien de la Finlande.

[worldhappiness.report](http://worldhappiness.report)





## Comment tomber amoureux de la Finlande - à la manière franco-colombienne

**A**na Lucia Sallaberry, 37 ans, est originaire de Colombie et **Xavier Sallaberry**, également âgé de 37 ans, est français. Ils se sont rencontrés à Paris en 2016 et se sont installés à Tampere, en Finlande, deux ans plus tard. Mais qu'est-ce qui a motivé ce couple résolument international à prendre la direction du nord ?

« Je travaillais comme contrôleur financier à Paris, lorsqu'un poste de directeur financier s'est présenté dans notre société affiliée à Tampere. Nous avons commencé à nous demander ce qui arriverait si nous tentions cette expérience et partions en Finlande », Xavier se souvient.

Au même moment, Ana Lucia – ingénieure en télécommunications de formation - n'était pas vraiment satisfaite de son travail. Ils étaient toutefois intrigués par les possibilités d'emploi dans le Nord, c'est le moins qu'on puisse dire. Le seul problème était que le couple en savait très peu sur la Finlande.

« Nous avons donc commencé à enquêter un peu et avons découvert que la Finlande est un pays magnifique, et qu'il n'y a pas de meilleur pays au monde pour élever une famille », explique Ana Lucia.

### UN TRÉSOR NORDIQUE VOUS ATTEND

Assez rapidement, le couple a appris qu'en plus d'une politique favorable à la famille, la Finlande avait un système de protection sociale avancé,

un excellent système éducatif et un climat des affaires dynamique.

« Nous avons visité Tampere pendant quelques jours et avons vraiment aimé ce que nous avons vu », raconte Xavier.

En conséquence, le couple s'est installé à Tampere en septembre 2018. Xavier a commencé à travailler dans l'entreprise locale et Ana Lucia a trouvé un emploi à temps partiel dans une agence de traduction en tant que transcriptrice. Après les journées de travail, le couple a pris le temps de faire connaissance avec sa nouvelle ville.

Tampere – la plus grande ville intérieure de Scandinavie – a fait forte impression, avec ses magnifiques lacs et forêts et son atmosphère paisible.

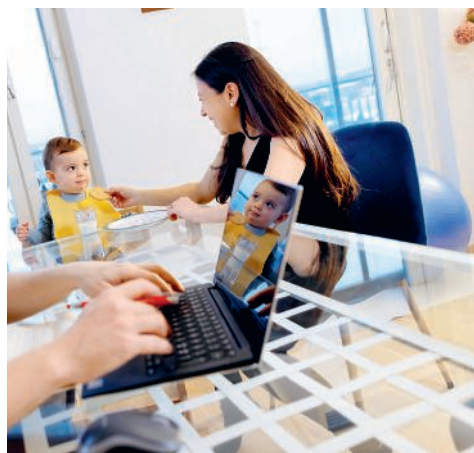
« Certes, après Paris, c'était un changement de rythme. De plus, nous avons rapidement senti que Tampere était à peu près aussi sûre que n'importe quelle ville - et pour les familles, c'est énorme », dit Xavier.

### QUATRE SAISONS – AVEC SAVEUR !

Ils ont également apprécié le changement des saisons – au cours des deux années suivantes, ils ont compris que la Finlande était bien plus que le « pays des merveilles d'hiver » pendant la période de Noël – le printemps, l'été et l'automne ont également leurs « personnalités » distinctes et des moments forts à savourer.

« En été, nous nous baignons dans le lac ; en hiver, nous marchons dessus », dit Ana Lucia en riant.





En plus de tomber amoureux du changement des saisons, le couple est également devenu un grand fan de la manière de travailler finlandaise. Selon Xavier, c'est tout simplement incroyable de pouvoir être à la maison à cinq heures.

« L'équilibre entre vie professionnelle et vie privée s'est tellement amélioré », dit-il.

### DÉCHIFFRER LE CODE

Et les autochtones, alors ? Xavier et Ana Lucia admettent qu'il leur a fallu du temps pour comprendre pleinement les Finlandais : les habitants semblaient être un groupe calme et réservé, du moins au début.

« Nous venons de cultures plus ouvertes et extraverties, ce fut donc une véritable expérience d'apprentissage. Nous avons compris que c'est nous qui devons briser la glace dans une conversation, et qu'après, tout va bien », dit Xavier.

Cela ne veut pas dire que les Finlandais ne sont pas sympathiques ou prévenants. En fait, le couple trouve que les Finlandais sont vraiment très amicaux. Xavier donne un exemple. Il y a quelques années, il était dans l'ascenseur de leur immeuble et parlait à un voisin d'une vague de chaleur qui venait de frapper Tampere.



« Mon voisin n'a pas dit grand-chose, mais il m'a demandé si j'avais utilisé la climatisation de notre appartement pour refroidir un peu l'appartement. Je lui ai dit que non, mais que je me pencherais dessus », raconte Xavier.

« Puis, quelques jours plus tard, nous avons trouvé dans notre boîte aux lettres un manuel de climatisation – en français – qui avait été imprimé par l'ordinateur de quelqu'un. »

À ce moment-là, Xavier a compris quelque chose d'important chez les Finlandais. « Le type à qui je parlais ne semblait pas très impliqué dans notre discussion, mais il a clairement fait tout son possible pour résoudre notre problème », dit-il. « Il a vraiment fait quelque chose de bien. »

### GLOIRE AU PRINCE !

Au bout de trois ans à Tampere, Lucas, le premier enfant du couple, est né. Le couple est encore émerveillé des soins exceptionnels reçus à l'hôpital de Tampere.

« Je pense qu'il n'y a pas de meilleur endroit que la Finlande pour accoucher. Nous avons vécu une expérience vraiment formidable », déclare Ana Lucia.

Après être rentré de l'hôpital avec le nouveau membre de la famille, le couple a découvert qu'il y avait un système de soutien formidable en place. « Par exemple, la boîte à bébé qu'ils donnent à tous les parents d'un nouveau-né est juste une merveilleuse idée qui est si pratique pour tous les nouveaux parents qui commencent seulement à se faire une idée de ce qui les attend », explique Ana Lucia.

Distribué à toutes les mères avec l'aimable autorisation du gouvernement finlandais, ce « kit de démarrage » est rempli de produits de première nécessité, allant des vêtements aux jouets, pour aider à prendre soin du nouveau-né.

« Lorsque nous avons appris que tout le monde, riche ou pauvre, en recevait un, nous avons tout de suite compris que c'était le signe d'une société où l'égalité signifie vraiment quelque chose », explique Xavier.

### CONÇU POUR LES BÉBÉS

La vie avec un bébé à Tampere est formidable - les transports en commun permettent d'accueillir les poussettes et il y a toujours des parcs à proximité. « J'ai l'impression que vous n'êtes jamais à plus de cinq minutes de la nature, même en ville », déclare Ana Lucia.

Au moment de l'entretien, le couple attend son deuxième enfant. Cette fois-ci, ils savent déjà

qu'ils recevront les meilleurs soins possibles en tant que famille.

« En Finlande, l'accent est mis sur le bien-être de toute la famille, et pour nous, c'est vraiment important », déclare Xavier.

Et que réserve l'avenir à cette famille franco-colombienne en pleine croissance ? Ana Lucia et Xavier déclarent qu'ils sont pleinement heureux et contents de vivre à Tampere, du moins pour le moment.

« Nos familles en France et en Colombie nous manquent et nous pourrions peut-être un jour déménager pour nous rapprocher d'elles. Mais on ne sait jamais. »



Regardez une vidéo dans laquelle Ana Lucia et Xavier parlent des meilleurs aspects de la conciliation vie professionnelle-vie privée en Finlande.

### SAVIEZ-VOUS CELA SUR LA FINLANDE ?



- 1 La Finlande offre des soins prénataux gratuits pour les mères et près d'un an de congé parental payé à la naissance de l'enfant.
- 2 Des services de garde d'enfants abordables et des droits solides en matière de maternité permettent aux mères de faire facilement carrière en Finlande. En conséquence, les femmes représentent 49 % de la population active finlandaise.
- 3 Tous les enfants et leurs familles bénéficient de soins de santé et de conseils pratiques gratuits au neuvola, un réseau national de cliniques de maternité et de santé infantile.
- 4 La Finlande possède le meilleur équilibre entre vie professionnelle et vie privée au monde (Kisi Work-Life Balance Index 2021).
- 5 Les femmes et les hommes sont égaux, tant au travail qu'à la maison. 80 % des pères finlandais prennent un congé parental payé.
- 6 La Finlande se place au 3ème rang en matière de droits des enfants dans le monde (KidsRights Index 2021).



## Les transports en commun sont de classe mondiale en Finlande

Les transports publics sont appréciés en Finlande, surtout dans les grandes villes comme Helsinki, Tampere et Oulu, où il est extrêmement facile de se déplacer. Bus, trains, tramways et métros servent les gens avec rapidité et commodité.

Les transports publics de la zone métropolitaine d'Helsinki ont été classés plusieurs fois de suite parmi les trois premiers dans l'enquête internationale BEST (Benchmarking in European Service of Public Transport).

Selon l'enquête nationale sur le système de transport menée par l'agence finlandaise des transports et des communications Traficom, pas moins de 73 % des Finlandais sont satisfaits de la fonctionnalité générale et de la sécurité des déplacements. De plus, les transports en commun sont en constante évolution et soutiennent l'objectif national de neutralité carbone d'ici 2035.

Il est assez courant pour les écoliers finlandais de se rendre à l'école de façon autonome à pied, à vélo ou en utilisant les transports en commun. La circulation en Finlande est fluide même en hiver, grâce à l'entretien des rues et à l'utilisation obligatoire des pneus d'hiver.

La Finlande est également à l'avant-garde des outils de trafic numériques durables, de l'utilisation de véhicules électriques aux guides d'itinéraire en ligne pour les transports publics urbains.

### CHAMPION DU TRAFIC VERT

La Finlande promeut des transports publics durables, fiables et fluides, ancrés dans une planification intelligente de l'utilisation des sols. Les solutions innovantes visant à améliorer l'efficacité énergétique des systèmes de transport et des véhicules jouent un rôle clé dans cet effort. La Finlande a pour objectif de réduire les émissions dues au trafic de 50 % d'ici 2030.

Illustration : iStock

### RÈGLES DE CIRCULATION LÉGÈRES !

Le Programme national de promotion des piétons et des cyclistes vise à augmenter de 30 % la pratique de la marche et du vélo d'ici 2030 grâce à un large éventail de mesures.

### PROMENONS-NOUS

En Finlande, une grande partie des trajets quotidiens vers, par exemple, l'école, l'épicerie ou le parc, se font à pied. Même en milieu urbain, les conditions pour se déplacer à pied sont vraiment très inébranlables. Selon une étude de 2021, une nette majorité de Finlandais est satisfaite des conditions piétonnes dans son propre quartier.

### MONTEZ SUR VOTRE VÉLO !

Le vélo a beaucoup de succès en Finlande. Les pistes cyclables sont courantes dans tout le pays et de nombreux Finlandais se rendent à l'école, au travail et à leurs loisirs à vélo. Aller au travail en vélo est particulièrement en hausse, et de nombreux employeurs ont même mis en place des douches sur le lieu de travail pour les cyclistes. Les vélos

### FAITS SUR LE TRAFIC :

En Finlande, les enfants apprennent à faire du vélo quand ils ont, en moyenne,

**4,8 ans.**

En Finlande, en Belgique et aux Pays-Bas, ce seuil d'apprentissage est nettement inférieur à celui du reste de l'Europe.



**65 %**

des trajets courts (moins d'un kilomètre) se font à pied.

Le temps de trajet moyen (aller simple) en Finlande est de

**23 minutes.**

En Finlande, il n'est pas rare de voir un député ou un ministre faire du vélo pour se rendre au travail.

électriques fournis par les employeurs deviennent également de plus en plus populaires.

Les locations de vélos sont répandues dans les grandes villes comme Helsinki, Espoo, Vantaa, Turku, Lahti, Tampere et Oulu. Faire du vélo est un incontournable de l'été !





Photos : Markus Sommers / Visit Finland et Sami Perffilä

## Les enfants et les jeunes sont valorisés en Finlande

« **M**on rôle est de protéger et de promouvoir les droits et l'intérêt supérieur des enfants », explique **Elina Pekkarinen**, médiatrice pour les enfants. « Nous utilisons la diplomatie douce pour défendre et prendre en compte les droits des enfants dans une série de domaines allant de la législation à la prise de décisions sociales ».

Étant une autorité gouvernementale autonome et indépendante, le Médiateur pour les enfants promeut et évalue la mise en œuvre de la Convention des Nations Unies relative aux droits de l'enfant, ratifiée par la Finlande en 1991. Les quatre piliers de la Convention sont la non-discrimination, le droit à une bonne vie, le droit de participer et d'être entendu, et l'intérêt supérieur de l'enfant.

« Nos ressources sont limitées, mais nous travaillons efficacement et nous sommes pris au sérieux », déclare Pekkarinen, qui occupe ce poste important depuis 2019.

Dans la pratique, le travail du Médiateur met en lumière l'intérêt supérieur des enfants dans la société par le biais d'un certain nombre de mesures, notamment des



initiatives, des déclarations publiques, des orientations et des conseils, et en restant en contact avec les enfants et les jeunes pour faire entendre leur voix auprès des décideurs.

« Par exemple, notre baromètre annuel de l'enfance étudie les expériences des enfants de 6 à 7 ans sur des sujets concernant leur vie quotidienne », explique Pekkarinen.

Une autre initiative populaire du Médiateur est la « Journée des enfants au travail », lorsque les lieux de travail s'ouvrent aux enfants d'âge scolaire et inscrits en garderie - ainsi qu'à leurs peluches - pour une visite officielle mais amusante. L'événement annuel, qui compte plus de 800 lieux de travail finlandais, offre aux jeunes l'occasion d'en savoir plus sur les différents types d'emplois.

« Beaucoup d'enfants attendent avec impatience cette journée », déclare Pekkarinen. « Voir les choses du point de vue d'un enfant est également bénéfique pour les employeurs et les employés. »

### LES ENFANTS VONT BIEN

En Finlande, les enfants ont des droits individuels, peu importe ce que leurs parents ou tuteurs peuvent ou veulent leur fournir. Toute personne âgée de moins de 18 ans est

considérée comme un enfant.

Pekkarinen affirme que l'un des plus grands défis auxquels les enfants sont confrontés est celui d'assurer leur santé mentale et leur bien-être. Il s'agit d'un problème pressant auquel sont confrontés les enfants et les jeunes du monde entier.

Selon Pekkarinen, les enfants finlandais prospèrent dans les comparaisons internationales : « Ils sont en bonne santé, bénéficient d'un niveau de vie élevé et apprennent bien à l'école. »



Photo : Lehtikuva



## La démocratie en action

« Les jeunes représentent l'avenir », déclare **Caterina Kettunen**, 16 ans, qui a récemment participé au programme du Parlement des Jeunes en Finlande.

« Nous nous intéressons aux questions qui nous touchent. Lorsque vous avez l'occasion de voir et de comprendre comment tout fonctionne dans le système politique, vous réalisez que vous pouvez influencer sur des questions importantes comme la durabilité. C'est un grand pouvoir », affirme Kettunen.

Une autre jeune de 16 ans, **Noora Nygrén**, a également participé à la session de printemps 2022 du Parlement des Jeunes.

« Ma participation m'a donné le courage et la confiance nécessaires pour exprimer mon opinion et savoir qu'elle compte », dit-elle. « Les questions comme le bien-être de la nature nous touchent. Nous allons vivre sur cette planète et nous devons nous en occuper maintenant. »

Nygrén dit qu'en plus des faits et de l'information, elle a obtenu des renseignements précieux des personnes qu'elle a rencontrées dans le cadre du programme, y compris des députés.

« J'ai beaucoup appris en travaillant avec des gens d'âges et d'horizons différents », dit-elle.

### ENSEMBLE, C'EST MIEUX

Le Parlement finlandais des Jeunes est un effort de coopération entre le Parlement finlandais et le Centre de développement d'Opinkirjo, une organisation à but non lucratif, qui agit dans la politique éducative nationale en participant au travail législatif et à la création de programmes nationaux.

« Nous développons des activités qui favorisent l'inclusion des enfants et des jeunes et créons des moyens de renforcer l'éducation démocratique », déclare **Tiina Karhuvirta**, experte principale au Centre de développement Opinkirjo.

L'une des principales activités d'Opinkirjo est le club parlementaire pour les étudiants inscrits en dernières années des établissements secondaires d'enseignement général. Il comprend la session plénière du Parlement des Jeunes, qui a lieu tous les deux ans et donne aux jeunes une expérience pratique.

« Notre objectif est d'encourager les élèves à participer et à avoir leur mot à dire sur les questions importantes pour les jeunes », déclare Karhuvirta.

S'impliquer a permis d'ouvrir un parcours professionnel potentiel pour Caterina Kettunen, une des participantes : « J'adorerais être députée un jour », dit-elle.

Le Parlement des Jeunes est opérationnel en Finlande depuis 1998.



Photo : Jussi Heilsten / Visit Finland



Photo : Lehtikuva

## Jouer un rôle dans le processus décisionnel

De nombreux forums tels que le Groupe de l'Agenda 2030 des Nations Unies pour les Jeunes permettent aux jeunes Finlandais de participer à la société en étant des membres actifs du processus démocratique.

En 2017, le groupe de l'Agenda 2030 pour les Jeunes a été lancé dans le cadre de la Commission nationale finlandaise du développement durable. L'objectif est de s'assurer que les voix des membres démocratiquement élus âgés de 15 à 29 ans soient entendues. Les jeunes sont un élément important du développement durable. Ils aident la Finlande à trouver des solutions et à atteindre son objectif de neutralité carbone d'ici 2035.

Les membres du groupe sont actifs sur les réseaux sociaux comme Instagram et publient régulièrement des informations sur leurs activités, notamment des réunions avec le Premier ministre et les représentants du ministère finlandais des Affaires étrangères.

Le Groupe pour les Jeunes participe à la planification nationale et à la mise en œuvre des objectifs de développement durable. Il publie également des déclarations sur des sujets tels que la COP, la conférence annuelle des Nations Unies sur les changements climatiques, avec des explications animées sur la stratégie de biodiversité de la Finlande et son importance.

Photo : Maarit Hohteri / Ville d'Helsinki

### PARTICIPATION DE LA CAPITALE

« Faites d'Helsinki un meilleur endroit pour tous ! En participant, vous pouvez changer le monde », lit-on dans l'appel à l'action optimiste en ligne pour le Conseil des jeunes de la capitale.

Composé de trente jeunes, âgés de 13 à 17 ans, le Conseil des Jeunes d'Helsinki est élu démocratiquement tous les deux ans. Le groupe est chargé de veiller à ce que la voix des jeunes soit

entendue dans la planification et la prise de décision opérationnelles de la ville.

À Helsinki, d'autres initiatives locales inclusives comprennent le système de budgétisation participative OmaStadi (« Own City »), qui a alloué 8,8 millions d'euros à la réalisation des idées des habitants. Les initiatives citoyennes se transforment en propositions sur lesquelles tous les

habitants d'Helsinki, âgés de 12 ans et plus, peuvent voter. Ensuite, la ville applique les propositions qui obtiennent le plus de votes.

Pour les élèves des collèges et autres établissements d'enseignement secondaire, le programme de financement Ruuti de la Ville est destiné aux groupes d'élèves qui souhaitent améliorer le confort et la fonctionnalité de leur environnement d'étude.





## Comment la Finlande soutient les familles avec des enfants



Lorsqu'une femme tombe enceinte, les soins et les conseils pratiques commencent dans les cliniques de maternité publiques qui surveillent la santé et le bien-être de l'enfant et de la mère.

Les maternités en Finlande sont de grande qualité et accoucher dans un hôpital local est peu coûteux.

Avant la naissance du bébé, vous pouvez obtenir un colis maternité avec un kit de démarrage composé de vêtements et d'accessoires permettant de prendre soin d'un nouveau-né.

Dans les cliniques publiques de maternité et de santé infantile, la santé et le bien-être du bébé sont assurés de la pré-naissance jusqu'aux années préscolaires.



Le congé parental pour s'occuper du bébé est accordé à la fois aux mères et aux pères.

Pendant le congé parental, l'allocation parentale de 320 jours ouvrables (160 jours par parent) est versée.

Des horaires de travail flexibles facilitent la prise en charge des jeunes enfants en permettant d'ajuster les horaires et de travailler à distance par exemple.



Il est même possible de bénéficier d'allocations familiales - à savoir une somme d'argent mensuelle destinée à aider aux frais de garde de ses enfants - jusqu'au 17ème anniversaire de l'enfant.

L'enseignement est gratuit de la maternelle jusqu'à l'école primaire et secondaire.

Un certain nombre d'organisations complètent le système de santé telles que la Ligue Mannerheim pour la protection de l'enfance (MLL), fondée en 1920, dont le slogan est « Chaque enfant a droit à une enfance heureuse ».

[mll.fi](http://mll.fi)

Photos : Jussi Hellsten, Sakari Piippo, Mikko Huotari et Emilia Hoisko / Visit Finland, Kela



La Fête des Mères finlandaise est célébrée en mai et la Fête des Pères en novembre.



### PRENDRE BIEN SOIN

Le taux de mortalité infantile de la Finlande est l'un des plus bas au monde. Avec les cliniques publiques de santé maternelle, le parcours de soins de santé pour les enfants commence bien avant la naissance et se poursuit avec les cliniques de santé infantile après la naissance et jusqu'à ce que l'enfant aille à l'école. Dans les écoles primaires et secondaires, des contrôles de santé réguliers sont effectués par des infirmières et des médecins scolaires.



### *L'éducation et les services de garde de la petite enfance établissent les bases de l'apprentissage tout au long de la vie*

À l'occasion de la fête des Pères en Finlande, la famille Dimulescu marque l'occasion en passant du temps ensemble en ce dimanche spécial de la mi-novembre.

**Kaisa Dimulescu**, son mari **Florin Dimulescu**, et leurs deux enfants **Lara**, 12 ans, et **Teo**, 10 ans, sont réunis autour de la table de la cuisine chez eux à Kangasala, une ville située à environ 16 kilomètres à l'est de Tampere. Ils échangent leurs expériences sur la garderie et l'école primaire finlandaises.

« La meilleure chose dont je me souviens à propos de la garderie, c'est le porridge du matin », dit Teo. « Le porridge de riz était mon préféré », dit-il.

Partout en Finlande, les garderies publiques servent à tous les enfants des repas comprenant un petit-déjeuner, un déjeuner chaud et des goûters. Ils sont ainsi bien rassasiés durant une journée pleine d'activités.

Les deux enfants Dimulescu ont fréquenté une garderie publique en Finlande.

Lorsque Lara avait un et deux ans, elle allait dans une garderie familiale, organisée dans un foyer professionnel de puériculture avec un petit nombre d'enfants.

Après la naissance de son frère cadet, Teo, Lara a passé du temps dans une autre garderie familiale jusqu'à ce qu'elle commence la maternelle à l'âge de six ans. Teo a passé deux ans dans une garderie ordinaire avant d'aller à la maternelle.

« Nous avons beaucoup profité de l'expérience des enfants en garderie », explique Kaisa. « Seule, je n'aurais jamais pu faire tout ce que les enfants ont l'occasion de faire avec d'autres enfants, qu'il s'agisse de jouer dehors tous les jours, de faire de l'artisanat, de la pâtisserie, de chanter ou de faire d'autres activités de groupe », dit-elle.

« Pour nous, la proximité de ces endroits était un avantage supplémentaire. Cela a facilité les déplacements vers et depuis la garderie », dit Kaisa.

#### **RACINES INTERNATIONALES**

La famille bilingue Dimulescu parle finnois et roumain à la maison, Florin étant originaire de Roumanie et Kaisa de Finlande. Kaisa travaille en tant que responsable achats, tandis que Florin est professionnel de l'informatique. Il a



Photos : Laura Vesa

également publié une série de livres finnois faciles à lire, pour aider ceux qui apprennent la langue.

La diversité culturelle et linguistique enrichit leur vie. Florin parle également le finnois, l'allemand et l'anglais et peut aider les enfants pour l'étude de ces langues. « Ils sont assez indépendants en ce qui concerne leurs devoirs scolaires, je n'ai donc pas trop besoin de les aider », dit-il en souriant.

Lara et Teo vont à l'École Suorama à Kangasala. Teo est en quatrième année et Lara est en sixième, qui est la dernière année de l'école primaire dans le système finlandais.

« J'aime vraiment l'école », dit Lara, dont les loisirs incluent la gymnastique acrobatique au club local et les instruments de percussion à l'Institut de musique du Pirkanmaa. Teo joue au football à

Ilves, le plus grand club de football de Finlande, et prend également des cours de percussion. En été, la famille passe du temps au chalet appartenant aux parents de Kaisa à Eräjärvi, sur la commune d'Orivesi, qui se trouve à seulement 35 kilomètres.

Florin raconte l'histoire de la récente visite de la famille en Roumanie lorsqu'un parent a demandé aux enfants Dimulescu s'ils envisageaient de venir vivre en Roumanie. « Lara a rapidement répondu et a dit "Oh non, je ne pourrais pas, j'aime trop mon école en Finlande !" »





## Le système éducatif finlandais commence par l'égalité

L'un des secrets de la réussite du système éducatif finlandais, classé parmi les meilleurs au monde, est d'investir dans les personnes. Les êtres humains sont tout simplement considérés comme le bien le plus précieux de la nation.

L'enseignement scolaire complet s'étend de la 1ère à la 9ème année scolaire et est gratuit pour les enfants âgés de 7 à 17 ans. Il est obligatoire pour tous les enfants qui résident en permanence en Finlande.

### COMMENT ÇA MARCHE

La Finlande est fermement convaincue que chacun devrait avoir la possibilité d'étudier et d'acquérir les connaissances et les compétences nécessaires pour mener une vie agréable. Les services de la petite enfance et de l'enseignement primaire sont organisés de manière à ce que les enfants puissent fréquenter une école proche de leur domicile. Les

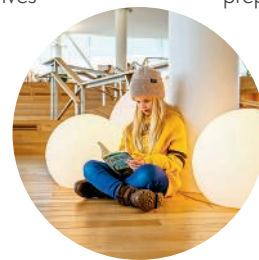


enfants reçoivent également gratuitement du matériel et des fournitures scolaires ainsi que des repas scolaires.

**Basé sur la recherche scientifique,** le système éducatif finlandais commence par l'éducation et la garde des jeunes enfants qui soutiennent le développement, l'apprentissage et le bien-être des enfants.

À la garderie, les jeunes enfants sont encouragés à se concentrer sur leurs atouts intrinsèques plutôt que sur la compétition. Ils sont soutenus dans leurs besoins individuels, tandis que les compétences socio-affectives et le sentiment de sécurité et de communauté sont entretenus.

Les frais mensuels pour la garderie sont minimes. Toutefois, les personnes à faibles revenus peuvent recevoir des subventions pour couvrir les frais.



Depuis 1948, la Finlande offre des repas gratuits à tous les élèves.



**Le système d'enseignement général** commence à l'âge de sept ans, précédé d'une année obligatoire d'enseignement préscolaire pour aider à préparer les jeunes enfants à l'école.

Les enseignants sont hautement qualifiés et possèdent des diplômes de niveau universitaire. Ce métier recherché est tenu en haute estime. Les enseignants motivent les élèves par des encouragements, et les performances ne sont notées que plus tard au cours des années scolaires.

Photos : Jussi Hellsten, Laura Dove / Visit Helsinki et Elina Manninen / Visit Finland

Comme l'école se termine relativement tôt pour les enfants de première et de deuxième années, des clubs de l'après-midi sont organisés dans les locaux de l'école pour s'assurer que ces jeunes enfants ne doivent pas passer du temps seuls pendant que leurs parents ou tuteurs sont encore au travail.

**Après l'établissement d'enseignement secondaire général,** chaque élève doit faire une demande d'éducation post-enseignement général. Il peut s'agir de l'enseignement secondaire supérieur général, de la formation et de l'enseignement professionnels ou de l'université.

Les établissements d'enseignement professionnel sont un choix intéressant, avec environ la moitié des étudiants qui terminent le premier cycle de l'enseignement secondaire



postulant aux écoles professionnelles, ce qui est exceptionnel en comparaison internationale.

L'enseignement obligatoire prend fin lorsque l'apprenant atteint l'âge de 18 ans ou lorsqu'il a complété une formation qualifiante de l'enseignement secondaire supérieur ou obtenu un diplôme professionnel.

À chaque étape du processus, l'apprentissage tout au long de la vie est encouragé. Il existe de nombreuses options pour l'éducation des adultes, la formation continue et la reconversion professionnelle dans la société du savoir.

### SCOLARITÉ DANS UNE AUTRE LANGUE

Pour les nouveaux arrivants, il est relativement facile de se faire des amis, car les Finlandais sont parmi les meilleurs anglophones au monde. L'étude d'une langue étrangère à l'école commence dès la première année, l'anglais étant la langue la plus populaire.

Vous pouvez également étudier dans une langue autre que le finnois ou le suédois, les deux langues officielles du pays. Dans les écoles de langue anglaise, l'enseignement est entièrement en anglais, et comme options bilingues, les langues d'enseignement peuvent être le finnois et une deuxième langue, comme le français, l'allemand ou l'espagnol.



### BIENVENUE À TOUS CEUX QUI SOUHAITENT ÉTUDIER EN LANGUE ANGLAISE EN FINLANDE !

Le système d'enseignement supérieur finlandais offre plus de 500 programmes de premier cycle en anglais et des programmes d'études supérieures dans 13 universités et 22 universités de sciences appliquées. Ces universités proposent également des options de doctorat enseignées en anglais.

Plus de 20 000 étudiants étrangers étudient en Finlande.

Toutes les universités et universités de sciences appliquées offrent des possibilités de bourses aux étudiants internationaux.

Avec la nouvelle législation de 2022, les étudiants internationaux peuvent désormais se voir accorder des permis de séjour pour toute la durée de leurs études. Après l'obtention de leur diplôme, les étudiants et les chercheurs auront également droit à un permis de deux ans pour chercher du travail.

[studyinfinland.fi](http://studyinfinland.fi)



### COURS D'HISTOIRE

#### DÉBUT DU 20ÈME SIÈCLE

Un grand nombre d'écoles primaires ont été créées dans les municipalités de toute la Finlande pour offrir à chaque enfant une éducation élémentaire générale. 1921 : Loi sur l'enseignement primaire obligatoire.



#### 1925

Élaboration du premier curriculum national ; dans les années 1800, il existait déjà des écoles secondaires et des lycées en Finlande, mais ce n'est qu'après la Seconde Guerre mondiale, lors de la reconstruction du pays, que le nombre d'écoles secondaires a considérablement augmenté.



#### 1970

Le système scolaire finlandais a été presque complètement réformé ; la réforme de l'enseignement secondaire général a mis fin à l'ère du système scolaire primaire et secondaire et a introduit le système scolaire secondaire général de neuf ans.



#### AUJOURD'HUI

Les avancées rapides dans la vie professionnelle et les technologies posent de nouveaux défis et nécessitent de nouvelles compétences. À ce jour, les Finlandais sont bien équipés en compétences numériques, en pensée critique et en application créative des connaissances.



#### DEMAIN

Une approche d'apprentissage tout au long de la vie permet à chacun d'être mieux équipé et mieux formé pour faire face à l'avenir, quoi qu'il puisse apporter.





## S'occuper des employés ayant des enfants fait partie de la formule du bien-être

La lumière pénètre à travers les velux des bureaux du dernier étage du cabinet CHAOS Architects dans le quartier branché de Punavuori à Helsinki. Niché dans un bâtiment historique de la fin des années 1800 qui abritait autrefois le siège d'une usine de confiserie, l'espace d'accueil abrite aujourd'hui une équipe diversifiée de 15 personnes représentant 8 nationalités différentes : arménienne, finlandaise, géorgienne, allemande, mexicaine, espagnole, pakistanaise et vietnamienne.

**Assis sur un canapé au milieu d'une pile de coussins colorés, Natalia Rincón et Juha Puotila** rient en échangeant des histoires sur les films préférés de leurs enfants.

« Tout ce qui est animé fonctionne ! » dit Puotila, le directeur du financement, qui a trois enfants âgés de 8 mois à 8 ans. Rincón, belle-mère d'un enfant de 11 ans, rit tout en hochant la tête en signe d'approbation. Elle est PDG et cofondatrice de cette société spécialisée dans la prévision immobilière urbaine.

Les distractions sont un argument qui plaide en faveur de l'idée de travailler chez CHAOS, dès lors que l'une des activités sociales de l'entreprise permet aux employés d'utiliser le confortable espace de bureau pour des soirées cinéma.

« Notre équipe est très impliquée à chaque

étape, des activités de renforcement de l'esprit d'équipe à la façon dont nous effectuons notre travail », explique Rincón. « Il y a peu de hiérarchie, et qu'il s'agisse de rencontrer des actionnaires ou de résoudre des problèmes, la responsabilité vient de la compréhension de ce que fait chacun et du respect de chacun et de son rôle. »

Rincón qui, par amour, a déménagé du Mexique en Finlande en 2011, affirme que la qualité de la vie professionnelle finlandaise est un atout. « C'est très ancré, il n'y a presque pas de système de classe ici, ce qui signifie que nous pouvons parler ouvertement et directement les uns avec les autres, ce qui améliore le flux du travail. »

### L'INFRASTRUCTURE DU BIEN-ÊTRE

Une vie professionnelle incluant un congé parental, des horaires flexibles et le télétravail permettent aux parents - et à tous - de combiner facilement travail et vie personnelle.

« Si je dois aller chercher l'un de mes enfants à la garderie ou à l'école, ou m'occuper d'autre chose, je peux quitter le bureau et continuer à travailler à la maison plus tard dans l'après-midi », explique Puotila.

Selon l'OCDE, la Finlande est le seul pays du monde développé où les pères passent plus de



temps avec leurs enfants en âge scolaire que les mères.

Puotila voit de nombreux avantages à fonder une famille en Finlande. « Par exemple, nous avons des cliniques publiques de santé maternelle et infantile, des garderies et une éducation gratuite, qui sont tous mis en place pour fournir les meilleurs services aux enfants tout en permettant aux parents de travailler », dit-il. Il est pratique courante en Finlande que les employeurs fournissent les outils nécessaires pour travailler à domicile, par exemple, les téléphones mobiles, les ordinateurs portables, des écrans supplémentaires et l'accès Internet haut débit.

L'accent mis sur les soins s'étend à l'équilibre travail-vie personnelle pour maintenir et favoriser le bien-être général.



« Même le gouvernement recommande de prendre des pauses et des vacances pour le bien-être, et un mois de vacances par an est considéré comme la norme, ce qui est assez généreux », déclare Rincón.

### SOCIÉTÉ BASÉE SUR LA CONFIANCE

Si la bonne gouvernance est l'une des clés d'une société heureuse et fonctionnelle, la confiance dans les institutions et les autres est également un élément clé du capital social finlandais.

« Il existe un haut niveau de confiance entre les gens », explique Rincón.

« Et cela se traduit par la liberté et la flexibilité », déclare Puotila.

Avec une équipe internationale, l'orientation des nouveaux employés va au-delà du bureau.

Lorsqu'un des nouveaux employés de CHAOS Architects venant de déménager en Finlande, envisage d'acheter un appartement, plusieurs personnes de l'équipe de travail vont le vérifier pour lui.

En termes d'écosystème commercial, Rincón est à l'écoute de ce que ses employés veulent en matière d'avantages sociaux, qu'il s'agisse de déjeuners subventionnés, de billets de musée ou de salle de sport, ou de vélos électriques pour se rendre au travail.

Le seul domaine où il y a matière à amélioration est l'intégration, déclare Rincón. « En tant qu'étranger, vous perdez votre réseau d'amis lorsque vous déménagez à l'étranger. À certains moments, il peut être difficile de tout comprendre et de trouver votre chemin », dit-elle.



## Conciliation vie professionnelle-vie privée

« La Finlande est assez souple en ce qui concerne la vie professionnelle des familles.

La satisfaction des travailleurs quant à leurs conditions de travail est parmi les plus élevées de l'UE », déclare **Markku Sippola**, enseignant-chercheur à l'Université d'Helsinki. Les études du travail sont le domaine d'expertise académique de Sippola.

En Finlande, le travail flexible est fortement enraciné depuis de nombreuses décennies, remontant à des étapes importantes comme la loi de 1996 sur les heures de travail qui accordait aux employés le droit d'ajuster leurs horaires, explique Sippola.

Dès 2010, la Finlande était considérée comme offrant les horaires de travail les plus flexibles au monde. En 2011, une étude réalisée par le cabinet comptable mondial Grant Thornton, a révélé que 92 % des entreprises finlandaises autorisaient les travailleurs à adapter leurs horaires.

Une nouvelle législation entrée en vigueur en 2020 permet aux employés de convenir avec leur employeur du moment et du lieu de travail à concurrence de la moitié de leurs heures de travail. Ces développements ont aidé la Finlande à concrétiser son rôle de « terre promise pour le développement de la vie professionnelle ».

Compte tenu des changements survenus sur le marché du travail et de la vie professionnelle, cette nouvelle possibilité est considérée comme optimale pour les travailleurs du savoir et la popularité croissante d'un mode de travail indépendant du temps et du lieu.

La nouvelle loi de 2020 permet aux employés de faire preuve de façon optionnelle de souplesse, sur les plages de temps et l'endroit où ils effectuent leur moyenne de 40 heures de travail par semaine. Ils pourraient commencer et finir leur travail plus tôt pour s'occuper des enfants, par exemple. De plus, il est possible de travailler certains jours ou à des heures fixes à partir d'un endroit éloigné comme un chalet. Le fait d'« accumuler des heures » de congés en travaillant de plus longues heures afin de gagner un plus grand nombre de congés est également une option.

Étant donné que de nombreuses personnes ont des emplois qui peuvent être pris en charge à distance avec un ordinateur portable et un bon accès au réseau, la disponibilité d'un réseau Wi-Fi haut débit abordable et fiable dans toute la Finlande est un atout majeur.

### CULTURE DE LA FIABILITÉ

Selon Sippola, l'une des raisons du succès du travail flexible est la forte culture de la confiance. « Une étude Eurobaromètre a révélé que la confiance des Finlandais envers leurs concitoyens et leurs institutions est plus élevée que partout ailleurs en Europe », dit-il.

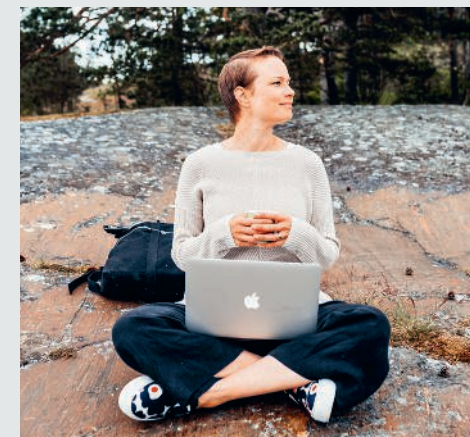
Sippola souligne également que le rôle de syndicats forts, la médiation sur les accords de travail, un niveau élevé de formation et d'éducation sur le lieu de travail et un gouvernement qui écoute à la fois les chercheurs

et les citoyens ont grandement contribué à l'évolution du marché du travail en Finlande.

Pour les nouveaux arrivants, un autre point fort est que l'anglais est largement parlé sur de nombreux lieux de travail. Même si vous ne parlez pas l'une des langues officielles de la Finlande, le finnois ou le suédois, il est relativement facile de gérer presque tout en anglais, des soins de santé aux opérations bancaires.

« Une enquête portant sur 80 pays indique que la Finlande se classe au sixième rang pour les compétences en anglais, ce qui signifie que les Finlandais sont parmi les meilleurs locuteurs d'anglais comme langue étrangère au monde », déclare Sippola.

Il s'empresse tout de même de souligner qu'il reste encore du travail à faire. Certains secteurs économiques sont encore très dominés par les hommes ou les femmes. La Finlande se classe troisième dans l'indice du plafond de verre de *The Economist* qui mesure le rôle et l'influence des femmes sur le marché du travail au sein de l'OCDE.



### LE MEILLEUR ÉQUILIBRE TRAVAIL-VIE PERSONNELLE AU MONDE

La capitale finlandaise, Helsinki, a été choisie comme le meilleur endroit au monde pour l'équilibre travail-vie personnelle entre 40 villes du monde. L'Indice Kisi d'équilibre travail-vie personnelle 2022 a mesuré 20 facteurs à partir de données sur l'intensité du travail, le soutien institutionnel, la législation et la qualité de vie. Cet indice reconnaît que les villes qui encouragent un équilibre sain le font directement et indirectement par le biais des politiques et des infrastructures urbaines.







## Quatre saisons distinctes offrant un univers d'activités de loisirs

La Laponie finlandaise est pour beaucoup synonyme de paradis hivernal enchanté, de rennes, d'aurores boréales et du Père Noël.

Avec ses quatre saisons distinctes, la région diversifiée située au sommet de la Finlande abrite 180 000 personnes qui vivent au-dessus du Cercle polaire toute l'année.

« Notre famille vit près de la nature et nous passons beaucoup de notre temps libre à profiter du plein air », explique **Maria Huhmarniemi**, une artiste visuelle, chercheuse et enseignante

finlandaise. Son mari, **Oliver Coey** est anglais. Il est développeur web. Le couple a deux fils, **Oskar**, 6 ans et **Hugo**, 9 ans.

Les Huhmarniemi-Coey font partie des nombreuses familles internationales vivant à Rovaniemi, la capitale de la Laponie finlandaise. Leur maison se trouve dans le quartier de Korkalovaara, un ensemble de maisons de ville et d'appartements conçus à l'origine par la légende de l'architecture Alvar Aalto.

« C'est si sûr que les enfants peuvent jouer seuls dans la cour avec leurs amis du quartier », explique Maria, ajoutant qu'il y a aussi plusieurs autres familles anglo-finlandaises dans leur complexe.

### UNE VARIÉTÉ D'OPTIONS

Chaque membre de la famille a ses propres activités de loisirs préférées.

« J'aime beaucoup la pêche », déclare Hugo, dont les prises incluent le brochet et la

perche en provenance des lacs et des rivières situés à proximité.

Son frère cadet Oskar a décidé qu'il aimerait être naturaliste quand il sera grand.

« Mes parents habitent dans le coin », dit Maria, « ils ont donc contribué à inculquer l'amour de la nature aux garçons en passant du temps avec eux à chercher des champignons dans les forêts. »

Comme partout en Finlande, il existe un réseau de pistes cyclables bien balisées et bien entretenues à Rovaniemi.

« Les garçons et moi faisons du vélo un peu partout, car c'est facile et accessible », dit Oliver, tout en ajoutant que Hugo, qui est en CE1, va tous les jours à l'école en vélo.

Cette famille active pratique tout un ensemble de loisirs, à l'intérieur comme à l'extérieur. Hugo est fan de crochet et de menuiserie. Il a même sculpté de nombreux objets en bois, dont une petite voiture. Oskar fréquente l'école de cirque et maîtrise déjà de nombreux tours.

Pendant les mois d'hiver, le ski de fond est un passe-temps très apprécié des quatre membres de la famille.

Vivre dans la ville natale du Père Noël a aussi d'autres avantages.

« Le centre-ville de Rovaniemi est animé pendant la saison de Noël. C'est agréable de voir des visiteurs internationaux, et c'est ensuite plus calme pendant les mois d'été », explique Oliver.



Regardez une vidéo dans laquelle Maria et Oliver parlent du lien spécial de leur famille avec la nature lapone.







## Loisirs pour chaque membre de la famille

L'égalité des chances pour tous en matière de loisirs fait partie de la formule du bien-être en Finlande.

L'un des principaux objectifs est de veiller à ce que les enfants et les jeunes puissent participer gratuitement à des sports et à d'autres loisirs dans le cadre de la journée scolaire.

Les subventions publiques permettent d'organiser des milliers de groupes pour diverses activités de loisirs dans les écoles de toute la Finlande. Selon le ministère de l'Éducation et de la Culture, près d'un demi-million d'enfants et de jeunes participent à ces activités organisées.

### ENFANTS ACTIFS

Outre les services offerts par les villes et les municipalités, les enfants finlandais sont

également de fervents adeptes des loisirs et des sports, en allant du badminton au ballet en passant par les cours de piano les soirs de semaine et les week-ends – que beaucoup de familles paient elles-mêmes.

Les bibliothèques finlandaises prêtent des équipements sportifs, des instruments de musique et disposent d'espaces de jeux numériques qui peuvent être réservés. Dans tout le pays, des centres de loisirs pour jeunes offrent un lieu pour participer à des activités récréatives.

Les parcs d'aventures et d'activités mettent en avant des thèmes allant de l'aquagym, du trampoline, des jeux virtuels et du ski, à l'escalade intérieure et extérieure sur des échelles, des passerelles et des tyroliennes.

Parmi les offres hivernales, vous trouverez toute une gamme d'options de plein air bien en-

### ARTS ET CULTURE AU PROGRAMME

Une variété d'options et de programmes incitent les enfants à découvrir les arts et à y participer dès le plus jeune âge.

Le programme Culture Kids d'Helsinki s'adresse à tous les enfants nés dans la capitale finlandaise pendant et après 2020. Chaque année, les enfants reçoivent des invitations à deux événements jusqu'à leur entrée à l'école. L'idée est que les nourrissons, les tout-petits et les jeunes enfants puissent profiter d'une variété d'expériences culturelles avec leurs parents, d'autres membres de la famille ou des amis. Ces événements sont gratuits et représentent tout un éventail d'activités, tels que l'opéra, le théâtre, le cirque et les arts visuels.

Dans toute la Finlande, il existe plus de 1 000 musées, allant de ceux spécialisés en photographie à ceux dédiés au design, à l'art, à l'artisanat et à l'histoire naturelle. La majorité sont accessibles aux landaus et aux poussettes.

De nombreux festivals et concerts annuels se déroulent dans toute la Finlande sur une série de thèmes allant de la lumière à la cuisine et à la musique.

[kummilapset.hel.fi/festivals.fi/en](http://kummilapset.hel.fi/festivals.fi/en)

tretenues pour le ski (alpin et de fond), le patinage sur glace, le patinage de randonnée sur les lacs et la mer gelés, les baignades hivernales et les randonnées en raquettes à neige.

Photo : Yesa Laitinen / Visit Helsinki

### CULTIVER UN FESTIN COMESTIBLE

Le jardinage urbain est une tendance populaire qui existe depuis longtemps en Finlande. En plus de permettre aux jardiniers de cultiver des légumes, des baies et des fleurs, il offre également un moyen durable de produire des aliments.

Les organisations actives incluent la Fédération finlandaise des jardins familiaux, une association à but non lucratif, créée en 1930, qui représente 3 700 jardiniers familiaux associés d'Helsinki à Rovaniemi, au-dessus du Cercle polaire.

Une autre, Dodo's Urban Farmers, est une ONG environnementale finlandaise dont la devise est la suivante : « Les problèmes environnementaux se résolvent dans les villes. » Dodo a commencé par cultiver des légumes sur une bande de terre entre les voies ferrées à Pasila, Helsinki, et a étendu depuis ses activités à de nombreux autres sites et à l'apiculture urbaine.

[siirtolapuutarhaliitto.fi](http://siirtolapuutarhaliitto.fi)  
[dodo.org](http://dodo.org)



Photo : Julia Kiveä / Visit Finland



### PHÉNOMÈNE FINLANDAIS : LES MOUMINES EN JEU

Les bien-aimés Moomins, créés par Tove Jansson, écrivaine et artiste finlandaise de renommée mondiale, sont partout, des musées aux parcs à thème et tables basses. Les mugs ornés de ces personnages chéris sont des pièces collector.

Le Moominworld est un parc d'attractions estival populaire où les enfants de tous âges peuvent rencontrer leurs personnages préférés sur une île de l'archipel pittoresque du sud-ouest de la Finlande, à côté de la vieille ville de Naantali.

L'unique musée dédiés aux Moomins du monde est situé

dans la ville de Tampere, tandis que les Moomin Ice Caves de Leppävirta offrent une aventure souterraine glaciale.

Partout dans la capitale, il existe de nombreux endroits pour se familiariser avec l'Helsinki de Tove Jansson. On peut y voir les endroits où elle a vécu, travaillé et passé du temps, y compris le quartier de Katajanokka qui possède un parc baptisé d'après cette créatrice prolifique.

[moominworld.fi](http://moominworld.fi)  
[muumimuseo.fi/en](http://muumimuseo.fi/en)  
[icecave.fi](http://icecave.fi)  
[moomin.com](http://moomin.com)

Photo : Moomin Characters Tm & Dennis Livson / Visit Finland



### Une nature pure et propre partout

« La nature est notre lien vital essentiel », déclare **Petri Ahlroth**, ancien directeur du Centre de biodiversité du SYKE, le Centre national finlandais de l'environnement, pendant une décennie avant de retourner récemment au ministère de l'Environnement en tant qu'expert-conseil.

Plus de 70 % de la Finlande est couverte d'arbres et près de 10 % de lacs.

80 % des Finlandais déclarent que la forêt est importante pour eux. Passer du temps dans la nature avec la famille et les amis les rend heureux.

« En Finlande, la nature est à portée de main, ce qui signifie qu'il est facile pour presque tous les membres de la famille d'y accéder », déclare Ahlroth.

L'urbanisme et la planification municipale veillent à ce que les maisons soient construites près des espaces verts et bleus pour que chacun puisse vivre près de la nature.

#### UNE BOUFFÉE D'AIR FRAIS

« Une bonne qualité de l'air est essentielle à notre santé et à notre bien-être », déclare **Outi Väkevä**, experte en qualité de l'air auprès des services environnementaux de la région d'Helsinki HSY.

Les polluants atmosphériques sont nocifs pour la santé humaine. L'objectif de la politique finlandaise de lutte contre la pollution atmosphérique est d'améliorer le bien-être des populations en protégeant l'environnement et la qualité de l'air, ce qui permet aussi de préserver la biodiversité.

Selon les normes internationales, la qualité de l'air en Finlande est bonne. Elle est contrôlée grâce à une série de mesures.

Dans la région métropolitaine d'Helsinki, il est possible de surveiller la qualité de l'air en temps réel. Par exemple, la qualité de l'air est affectée par la poussière des rues, les gaz d'échappement et les polluants atmosphériques transportés à partir d'autres sources, comme la poussière des chantiers.

« La région métropolitaine d'Helsinki est l'une des plus propres d'Europe en termes de qualité de l'air », déclare Väkevä. « Malgré des facteurs comme la croissance démographique, le trafic et la production d'énergie, les concentrations de polluants atmosphériques ont généralement diminué ou sont restés stables à long terme. »

Photo : Jussi Hellsten / Visit Helsinki

#### UNE CUEILLETTE DE LA FORÊT À L'ASSIETTE

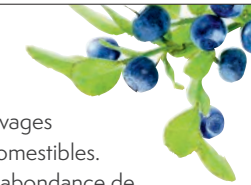
Les deux tiers des forêts finlandaises appartiennent à des familles ordinaires. Pourtant, le concept du droit de tout un chacun signifie que n'importe qui peut faire de la randonnée, camper ou chercher des champignons ou des baies dans n'importe quelle forêt, quel que soit son propriétaire.

La cueillette des baies ou des champignons est un passe-temps populaire. C'est aussi un excellent moyen de rassembler des ingrédients pour compléter un repas sain, car de nombreux champignons et baies regorgent de nutriments essentiels et de vitamines.

Il existe environ 50 types de baies sauvages différentes, dont 37 comestibles.

« Nous avons une abondance de baies comestibles en Finlande, qui est un pays relativement peu peuplé », déclare **Petri Ahlroth**, expert en environnement.

« Comme à peine 2 % de ce que la nature produit en baies comestibles est cueilli chaque année, il y en a plus qu'assez pour tout le monde », dit-il.



#### UNE ÉDUCATION VERTE

Découvrir les forêts, les champs, les lacs et la mer commence tôt en Finlande. Les familles et les soignants initient très tôt les bébés et les tout-petits au plein air.

Tout au long des années de garderie et d'école, l'éducation environnementale offre aux enfants et aux groupes de jeunes de multiples programmes. L'objectif est de promouvoir un avenir écologiquement durable grâce à l'apprentissage.

Les activités scolaires centrées sur la nature et l'environnement s'appuient sur un plan national d'éducation de la petite enfance inscrit dans le programme scolaire national.

Tous les ans, environ 200 000 enfants et jeunes participent aux programmes organisés.

Les activités ont lieu toute l'année aussi bien à l'extérieur qu'à l'intérieur en classe, dans les centres d'initiation à la nature et les musées.

Photo : Jussi Hellsten / Visit Helsinki

#### NATURE À PROXIMITÉ

La Finlande possède un vaste réseau de parcs urbains, de parcs nationaux et de forêts, dont beaucoup sont situés à proximité de lacs, de rivières ou de la mer.

Il existe 41 parcs nationaux s'étendant de la région de la capitale jusqu'à la Laponie. Chacune de ces zones de conservation de la nature a pour mission d'assurer la biodiversité et d'offrir à chacun un lieu où profiter de la nature.

Par exemple, le parc national de Nuukio, à environ 35 kilomètres d'Helsinki, offre une variété de sentiers de randonnée et d'options de camping allant de la tente à la nuit passée dans une cabane en bois traditionnelle.

De nombreux parcs centraux et zones boisées se trouvent à proximité des villes et des banlieues et sont facilement accessibles à pied, en vélo, en voiture ou en transports en commun.



Photo : Suvri Mansikkasalo / Visit Finland





## Un bon habitat prend soin des familles et répond à leurs besoins

Les premières chutes de neige de l'hiver viennent de commencer tandis que de doux flocons blancs tombent doucement du ciel. Dans une confortable maison de ville moderne du quartier de Jätkäsaari à Helsinki, la famille Linja se prépare à sortir et à retrouver ses voisins dans la cour commune.

Les parents **Sohvi Linja** et **Markus Linja** sont assis dans leur espace cuisine-salon sans cloisons, tandis que **Peppi**, 9 ans, et **Alvar**, 7 ans, jouent sur les anneaux de gymnastique en bois qui pendent près du canapé. À l'étage, le plus jeune membre de la famille, **Amos**, 1 an, se réveille de sa sieste.

« Beaucoup de nos voisins sont de bons amis. Nous nous connaissons depuis dix ans. Nous nous sommes rencontrés pour la première fois durant les premières étapes de planification de la construction de notre complexe d'appartements », explique Sohvi.

### MAISON COCRÉÉE

La famille Linja vit sur l'île centrale de Jätkäsaari intégrée au littoral d'Helsinki dans un pâté d'immeubles moderne constitué d'appartements et de maisons de ville construit dans le cadre d'un projet d'habitat collectif et achevé il y a huit ans. Ce type de construction commune signifie que les propriétaires ont commencé à travailler avec leurs futurs voisins, architectes et constructeurs bien avant les premières fondations.

Sohvi et Markus ont pu influencer sur des facteurs allant de la taille et du nombre de pièces jusqu'au type de matériaux qui seraient utilisés pour les

plans de travail de la cuisine de leur maison de ville de trois étages et de 90 mètres carrés.

« Vous obtenez ce que vous voulez ! » dit Markus, en riant, lorsqu'on l'interroge sur les avantages de la construction commune.

« Nous étions à la recherche d'une nouvelle maison, donc lorsque cette option s'est présentée, elle semblait être une très bonne solution hybride pour vivre dans un appartement ou une maison », dit-il.

Le complexe possède plusieurs espaces communs partagés, dont le sauna, le bain de vapeur finlandais par excellence, et une salle communautaire qui a accueilli de nombreuses fêtes d'anniversaire d'enfants au fil des ans.

Les services essentiels sont situés à proximité et sont accessibles à pied. On y retrouve une

garderie et une école primaire, des terrains de jeux, des salles de sport, une bibliothèque pour enfants bien fournie et un magasin d'alimentation. Ajoutez à cela le sentiment de sécurité qui découle du fait de pouvoir compter sur des voisins lorsque, par exemple, une baby-sitter d'urgence est nécessaire.

« La plus grande surprise avec la construction commune a été le fort sentiment de communauté dont nous bénéficions ici », déclare Sohvi.



Qu'est-ce qui fait d'un appartement un chez-soi ? À quoi ressemble la qualité de vie en Finlande ? Regardez la vidéo !





## Poser les fondations d'un habitat de qualité

En matière d'urbanisme, l'un des atouts de la Finlande est sa culture technique et d'ingénieur.

« La qualité globale de l'habitat finlandais est élevée », déclare la professeure **Mari Vaattovaara**, directrice de l'Institut d'études urbaines et régionales d'Helsinki Urbaria. « C'est là tout l'avantage qu'il y a à vivre dans un pays qui est la terre promise des ingénieurs. »

Selon Vaattovaara, d'autres facteurs contributifs importants incluent un État fort et des villes fortes, et une réglementation solide qui garantit tout, de l'eau du robinet pure à la bonne qualité de l'air intérieur.

### TENDANCES GÉNÉRALES EN MATIÈRE D'HABITAT

Selon infoFinland.fi, une source utile d'informations fiables publiée par la Ville d'Helsinki, environ la moitié de la population finlandaise de 5,5 millions d'habitants vit dans des maisons individuelles ou jumelées. Près d'un tiers vivent en appartement, surtout ceux qui résident dans ou à proximité des grands centres urbains. La taille moyenne d'un logement finlandais est d'environ 40 m<sup>2</sup> par personne.

Environ 50 % de la population vit dans des bâtiments utilisant le chauffage urbain, les autres méthodes de chauffage courantes étant la géothermie et l'électricité. En Finlande, la température intérieure caractéristique est de 21 °C, en partie grâce à des bâtiments bien construits et bien isolés.

Les maisons mitoyennes finlandaises et les maisons individuelles disposent généralement d'un sauna privé, tout comme les maisons intégrées aux pâtés d'immeubles neufs. Dans les immeubles anciens, il existe en général un sauna commun situé dans des espaces partagés.

Environ les deux tiers des Finlandais vivent dans leur propre maison.

### NATURE À PROXIMITÉ

Comme dans le quartier de bord de mer de Jätkäsaari, de vastes réseaux de sentiers pédestres et de pistes cyclables serpentent dans la majeure partie du pays où les espaces verts jouent un rôle important dans l'aménagement urbain.

Jätkäsaari, une extension du centre-ville, a été construit au cours des deux dernières décennies sur la pointe sud-ouest d'Helsinki où bon nombre des meilleurs principes de l'urbanisme ont été utilisés. Il s'agit notamment d'écouter les besoins et les désirs des résidents et de leur permettre de participer au processus, déclare Vaattovaara.

« En Finlande, la hiérarchie est faiblement présente, donc la voix de chacun peut être entendue », dit-elle.

Alors que le monde change, l'un des défis de l'urbanisme est de trouver le bon équilibre entre les besoins mondiaux et locaux, déclare Vaattovaara.

« La diversité, les changements culturels et politiques, les modes de vie différents et le télétravail ont tous un impact sur l'urbanisme », dit-elle. « Par exemple, les célibataires qui vivent seuls ne sont pas nécessairement seuls – cela ne veut pas dire qu'ils n'ont pas de famille. Ils peuvent vouloir ou avoir besoin de vivre dans un petit appartement de type studio. Comme il existe de nombreuses définitions différentes de ce qui fait la famille, un bon urbanisme épouse la multi-diversité. »



Photo : Sabrina Bqain

## Travailler en Finlande – que dois-je savoir ?

Si vous demandez un permis de séjour pour travailler en Finlande, notez qu'il existe des demandes spécifiques de permis de séjour pour certains types de travail.

Si vous ne savez pas quel formulaire de demande vous devriez utiliser, utilisez l'outil de recherche de formulaires pour le trouver !  
[migi.fi](http://migi.fi)



Le moyen le plus simple de postuler est via le service en ligne Enter Finland ([enterfinland.fi](http://enterfinland.fi)). En utilisant Enter Finland, vous obtenez des mises à jour sur le statut de votre candidature tout au long du processus.

### LE PROCESSUS DE DEMANDE FINLANDAIS lorsque vous demandez votre premier permis de séjour au titre du travail consiste à :

1. Soumettre la demande du permis de séjour.
2. Prouver votre identité auprès d'une mission, d'une ambassade ou d'un consulat finlandais.
3. Traiter le dossier de candidature.
4. Compléter votre candidature, si nécessaire.
5. Recevoir la décision.
6. Obtenir votre carte de séjour et déménager en Finlande !

### QUESTIONS SUPPLÉMENTAIRES :

Vous êtes citoyen d'un État membre de l'UE, de l'Islande, du Liechtenstein, de la Norvège ou de la Suisse ?

Vous n'avez pas besoin d'un permis de séjour pour la Finlande. Vous devez néanmoins faire enregistrer votre droit de séjour.

Qu'en est-il de ma famille ?

Si vous avez obtenu un permis de séjour pour votre travail, votre famille peut généralement demander un permis de séjour au titre des liens familiaux.

Un traitement accéléré est-il possible ? Suis-je éligible ?

Vous pouvez accélérer votre demande de permis de séjour si vous venez travailler en Finlande :

- en tant que spécialiste
- en tant que spécialiste ou responsable détaché dans le cadre d'un transfert intra-groupe (permis de séjour ICT)
- avec une Carte bleue européenne
- en tant qu'entrepreneur à la tête de votre start-up
- en tant que personne travaillant dans l'encadrement supérieur ou intermédiaire.



Les demandes des membres de votre famille peuvent également faire l'objet d'un traitement accéléré s'ils présentent leur demande en même temps que vous.

En utilisant le service accéléré, vous pouvez obtenir un permis de séjour en deux semaines.

### BESOIN D'INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES ?

Plus d'inspiration pour vivre et travailler en Finlande : [workinfinland.com](http://workinfinland.com)





## Le saviez-vous ?

La soupe au saumon est un grand classique finlandais. C'est un plat à déguster en famille à la maison, mais on le retrouve souvent sur les menus des restaurants.

La soupe peut être préparée avec de la crème fraîche ou de l'eau. En plus du saumon, on retrouve généralement parmi les ingrédients des pommes de terre. Assaisonnée à l'aneth, la soupe au saumon est servie avec du pain de seigle ou du pain de l'Archipel finlandais à base de mélasse et de malt.

Dans l'épopée nationale finlandaise le Kalevala, le saumon était consommé à longueur de journée. De nos jours, la Journée nationale de la soupe au poisson est célébrée le deuxième mardi du mois de février.

Les opinions qui sont exprimées ici sont uniquement celles des auteurs. E-mail : [vie-50@formin.fi](mailto:vie-50@formin.fi)  
Pour libre usage à titre de référence.

**SUOMI  
FINLANDE**

