

> 1 luglio 2026 alle ore 0:00

Stories

Le nostre vite
ad alta quota

di Elisa Venco e Diana de Marsanich

Non esiste un censimento ufficiale delle “donne di montagna”. Eppure l’omonima community italiana, nata nel 2018, oggi riunisce oltre 43mila iscritte tra appassionate e professioniste. Un numero che racconta una tendenza chiara: sempre più donne scelgono di lavorare e vivere in altura per proteggere l’ambiente alpino e per coltivare un rapporto più diretto con la natura. Rifugiste, guide alpine, imprenditrici dell’ospitalità sostenibile portano sulle terre alte uno sguardo diverso, più empatico e lento, meno centrato sulla sfida e sulla performance. Guardare la montagna in chiave femminile significa anche contribuire alla sua sostenibilità ambientale, economica, sociale e culturale. È ciò che fanno, ogni giorno, le cinque donne che abbiamo incontrato, che qui raccontano come costruiscono un futuro possibile in alta quota.

Anna Monari

CON LE PINK EXPERIENCE AVVICINO LE DONNE ALLA MONTAGNA

Di che cosa si occupa?

Da 18 anni in inverno accompagno le persone in gite di sci alpinismo e fuori pista; in estate le guido in escursioni sul ghiacciaio del massiccio del Monte Rosa. Lavoro soprattutto nella zona di Gressoney e Alagna Valsesia.

Siete ancora poche donne a svolgere il lavoro di guida alpina. È un mestiere da consigliare?

Sì, ma con la consapevolezza che è una vita intensa, ricca di emozioni ma anche di difficoltà. Misurarsi con la natura è impegnativo: se il tempo

cambia improvvisamente, si può rischiare la vita.

Conduce poi le Pink Experience di Monterosa Ski. Cosa sono?

Sono gite di introduzione al fuori pista in inverno e salite in cordata a quattromila metri d’estate: esperienze pensate soltanto per le donne. L’idea di proporre iniziative solo al femminile nasce dal fatto che noi donne siamo meno capaci di prenderci i nostri spazi. Durante queste giornate si crea una forte condivisione e solidarietà anche tra persone che non si

sono mai incontrate prima.

Ci consiglia un’esperienza?

La passeggiata della Regina, a Gressoney-Saint-Jean: un facile giro ad anello che conduce fino a Castel Savoia, dimora estiva della regina Margherita. Il 2026 celebra il centenario dalla sua scomparsa. Nella Valle di Gressoney ha lasciato un castello meraviglioso, Castel Savoia appunto, e il rifugio alpino più alto d’Europa, la Capanna Margherita a Punta Gnifetti.

Cosa le ha insegnato la montagna?

Ad affrontare le difficoltà. →



Anna Monari, 58 anni. Guida alpina e maestro d’alpinismo Uiaagm. Conduce le Pink Experience di Monterosa Ski (monterosaski.eu).

Qui è fotografata da Daniele Camisasca per la mostra *Sempre Avanti*. Da Margherita alle nuove regine del Rosa.

> 1 luglio 2026 alle ore 0:00

Francesca Debertol

IN ALTA QUOTA HO CAPITO CHE POSSO FARCELA

Di che cosa si occupa?

Con l'aiuto di mio padre Giorgio, gestisco il Rifugio Contrin a 2.016 metri, in Val di Fassa, nel cuore del gruppo della Marmolada, in provincia di Trento. È di proprietà della mia famiglia dal 1974: offriamo un servizio di ristorazione aperto a tutti e 130 posti letto. Proponiamo piatti gluten free e ho ideato un percorso di sei chilometri adatto anche ai bambini, con diverse stazioni che raccontano la storia del territorio. Il Wi-Fi, invece, non l'ho voluto: qui le persone devono disconnettersi dalla tecnologia e connettersi con la natura. Dopo il Covid, sempre più turisti cercano il silenzio dei boschi.

È tra le protagoniste di *Straordinarie*.

Di cosa si tratta?

È un docufilm di Giorgia Lazzarini sull'imprenditoria d'alta quota: racconta la vita di sei donne rifugiste e delle loro difficoltà, dalla gestione dell'acqua a quella economica. Un lavoro che fino a pochi anni fa era considerato esclusivamente al maschile, ma noi donne stiamo dimostrando di potercela fare.

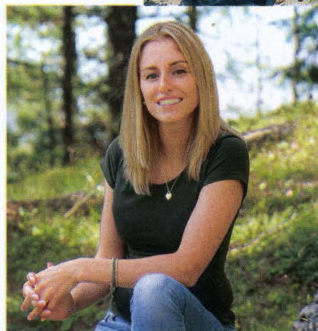
Ci suggerisce una passeggiata imperdibile?

Quella che dal paese di Alba di Canazei porta al nostro rifugio.

Un percorso di sei chilometri con un dislivello di circa 500 metri: si cammina nei boschi fino a quando, all'improvviso, si aprono davanti agli occhi le maestose Dolomiti.

Cosa le ha insegnato la montagna?

A fermarmi. La vita in rifugio a volte è frenetica, perché ci sono imprevisti, ma quando lo stress si fa sentire mi basta guardare attorno: la natura è rigeneratrice.



Francesca Debertol, 34 anni. Rifugista e guida alpina. Gestisce il Rifugio Contrin a Canazei, in provincia di Trento (rifugiocontrin.it).

Luisa Vuillermoz, 53 anni. Direttrice artistica del Gran Paradiso Film Festival e direttrice di Fondation Grand Paradis (gpff.it; grand-paradis.it).



Luisa Vuillermoz

MONTAGNA: UNA SCUOLA DI SOSTENIBILITÀ

Di che cosa si occupa?

Sono valdostana da generazioni, molto radicata in questa piccola regione. Dopo aver vissuto in grandi città e all'estero, ho sentito il richiamo della montagna e nel 2006 sono tornata: cerco di restituire a questa terra, a cui sono così legata, quello che ho imparato. Dirigo il Gran Paradiso Film Festival con un team di giovani che condividono i miei stessi ideali.

Che tipo di rassegna dirige?

È il terzo festival cinematografico più antico al mondo dedicato alla vita selvaggia, fondato nel 1984 da Gabriele Caccialanza. Lui intercettò in modo visionario un bisogno oggi evidentissimo: rendere la natura uno spettacolo per trasformare la sensibilità delle persone. Noi abbiamo preso in mano questa eredità e l'abbiamo fatta

crescere. Offriamo film che non solo emozionano, ma forniscono anche strumenti capaci di cambiare lo sguardo dello spettatore.

Il tema della 29esima edizione del festival, dal 27 luglio al 9 agosto a Cogne e in altre valli del Gran Paradiso, è *Dominio e Coesistenza*: ce lo spiega?

Il filo conduttore è sempre la natura selvaggia, ma ogni anno cerchiamo un tema trasversale. In un periodo di tensioni geopolitiche, abbiamo pensato che la natura potesse insegnarci qualcosa sul difficile equilibrio tra il tentativo di dominare e la necessità di coesistere. Questo vale nei rapporti tra esseri umani, tra uomo e animali e tra le specie animali stesse.

Cosa le ha insegnato la montagna?

È una grande scuola di sostenibilità. Ispiriamoci a San Francesco che chiamava la natura «sorella», invitandoci a viverci in equilibrio. 🌿