

Zeitschrift: L'Émilie : magazine socio-culturelles
Herausgeber: Association Femmes en Suisse et le Mouvement féministe
Band: [96] (2008)
Heft: 1524

Artikel: L'alpage où les femmes sont reines
Autor: Epiney Regolatti, Dominique
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-284970>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

L'alpage où les femmes sont reines

L'alpage de Nava est perché à 2197 m d'altitude et est tenu depuis juin 2008 par trois femmes sympathiques et courageuses, Virginie, Sandra et Guylène. Du jamais vu car ce travail est difficile et généralement réservés aux hommes. *Promenade dans le Val d'Anniviers.*

Dominique Epiney Regolatti

Depuis la nuit des temps, nos ancêtres ont su tirer profit du moindre petit lopin de terre et exploiter judicieusement les ressources de leur terroir pour survivre dans le Val d'Anniviers. Le bétail était le bien le plus précieux de la population paysanne, car il fournissait tous les aliments vitaux tels que lait, beurre, fromage, viande et... cuir. Avec leurs champs de céréales, les potagers et les produits de leurs vignes, ce peuple de nomades survivait dans la vallée tout au long des rigoureux hivers, cessant momentanément les transhumances entre vallée et plaine. De nos jours, la vie en altitude est différente car les activités se sont diversifiées selon les apports de la modernité. L'agriculture existe toujours et de sa survie dépend notre bien-être.

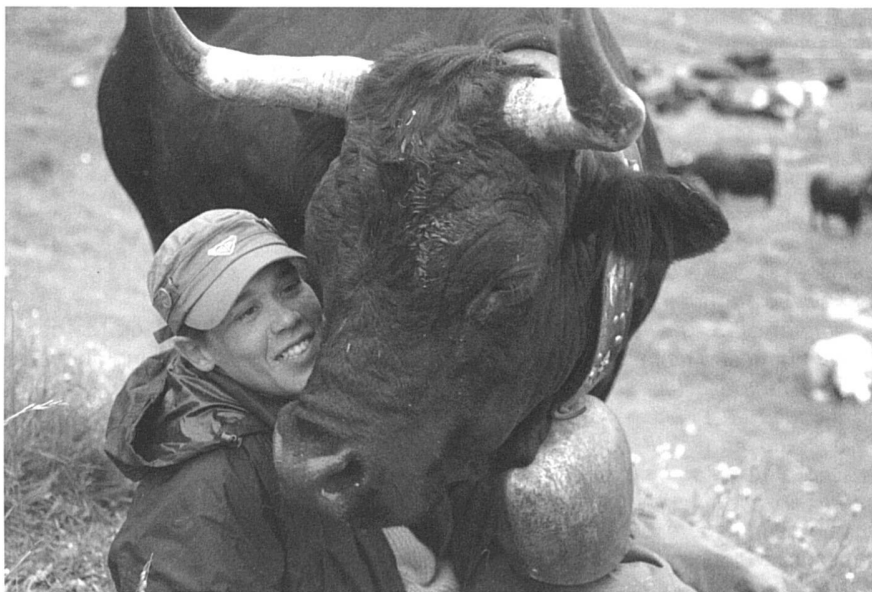
«La journée commence à 3h30 et se termine vers 21h30.»

Bergères et fromagères, Virginie, Sandra et Guylène se partagent les tâches rythmées par la nature. Soigner, garder et traire le bétail, fabriquer les fromages, nettoyer les écuries et préparer les parcs suivant la croissance des pâtures. La journée commence à 03h30 et se termine vers 21h30. Virginie est maître-vachère, Sandra deuxième vachère et Guylène fromagère. Elles s'occupent de septante vaches de la race d'Hérens et d'une dizaine de blanches. Paprika et Tia, deux chiennes surveillent et rassemblent le bétail, Osso, le bébé bouc de Virginie, la suit partout en cabriolant et amuse la compagnie entre deux biberons.

Après cinq étés de travail dans des alpages suisses, Virginie est responsable de l'alpage de Nava. C'est elle qui tient les rênes et qui décide à quel moment il faut changer de pâture et de parcs. Elle veille surtout à ne pas gaspiller l'herbe, assurer la meilleure production de lait et est aidée par Sandra et Guylène pour traire matin et soir. En cas de pépins, elle sait prodiguer les premiers soins aux bêtes avant l'arrivée du vétérinaire. Guylène fabrique onze à douze fromages par jour. En cours de saison le lait diminue mais la quantité de fromages dont elle s'occupe à la cave augmente car il faut les retourner délicatement pour les brosser et vérifier chaque jour leur état. Lorsque le troupeau est à l'alpage du haut, Tsahelet à 2520 mètres, la fromagère continue la fabrication des fromages à l'alpage du bas.

La race d'Hérens: de parfaites montagnardes

L'inalpe à la mi-juin et la désalpe à la mi-septembre annoncent de manière festive les saisons à venir. Les vaches alpines de la race d'Hérens luttent pour fixer la hiérarchie des troupeaux, élire leurs reines et offrir gloire et fierté à leurs propriétaires. C'est l'une des plus petites races européennes. Trapue mais costaud, son cou est puissant et sa poitrine profonde. Sa robe soyeuse est brune ou noire. Réputée pour sa robustesse et sa combativité, la race d'Hérens vit aussi dans les Alpes françaises et italiennes. Les éleveurs l'apprécient pour sa douceur et sa rusticité, c'est une parfaite montagnarde!



Sandra