

La Gazette



Le Quatrième tiers du CPM

EDITO

Bienvenu dans la Gazette, Le 4ème tiers du CPM, un bon vieux bout de papier pour prolonger la passion du hockey une fois l'entraînement terminé en liant les pratiques et les générations qui font la réussite de notre club. Les dates de parution sont aléatoires. Bref, ici on joue sans pression mais avec passion. On espère que vous serez nombreux à nous lire et à nous rejoindre dans l'aventure



Gregorio du HC3C en pleine attaque

Collaboration fructueuse entre HC3C et CP Meyrin

Le HC3C a récemment eu l'honneur de contribuer à la réussite du CP Meyrin en envoyant plusieurs de ses jeunes joueurs renforcer l'équipe U11 lors du tournoi pleine glace de Pralognan la Vanoise.

Ce week-end fut une expérience enrichissante à plus d'un titre. Mais cet échange ne s'arrête pas là, comme souligne Paul Savary, directeur sportif de HC3C : " Cela symbolise aussi la fructueuse collaboration qui existe depuis quelques saisons entre HC3C et CPM et qui se pérennise au gré des saisons. Cette synergie est plus officielle sur les catégories U13 et U17 mais nous nous réjouissons qu'elle

ait pu exister le temps d'un week-end pour les U11. Je ne doute pas que ce genre de coopération puisse encore voir le jour à l'avenir.

Au nom du HC3C, je tiens particulièrement à remercier Patrick Brunet pour avoir permis cet échange et William Bondaz pour avoir assuré l'encadrement de ces jeunes joueurs." et aux parents du CP Meyrin pour avoir accueilli nos enfants et avoir partagé avec nous des moments uniques, tant sur le plan sportif que social.

Paul Savary et les parents de HC3C

Qui est ce ?

La police cantonale des maltraitances des rondelles en plastiques et des molécules d'eau glacées recherche cet individu. La photo est d'époque, sauriez-vous nous dire de qui il s'agit?

Réponse au prochain numéro



Le saviez-vous?

La Suisse est l'une des nations fondatrices de la Fédération Internationale de Hockey.

Il y a environ 5'000 ans, les Finlandais sont les premiers à avoir fabriqué des patins à glace à partir d'ossements d'animaux.



Le Logo du Club des Patineurs de Meyrin représente un but formé avec les 3 lettres : CPM.

BREAKING NEWS



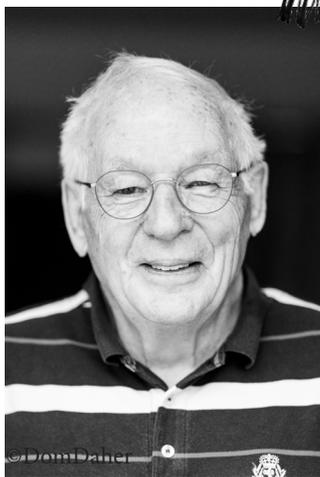
La nouvelle mascotte du CPM vient de sortir de l'oeuf et quel oeuf! La version couleur est en page 5, mais spoiler, alert il y a du jaune et du noir!



Bernard Giroud : Le Hockey, une affaire de famille

Pour les amateurs de hockey sur glace, Bernard est une figure meyrinoise incontournable, ayant marqué de son empreinte une période charnière de l'histoire du hockey.

Né le 24 mai 1944, Bernard Giroud est un ancien joueur de hockey sur glace qui a su transmettre à sa famille une passion indéfectible pour ce sport. Dès son plus jeune âge, Bernard se distingue par son amour pour le patinage. Son engagement pour le hockey dépasse la simple pratique sportive, devenant une véritable tradition familiale.



Bernard a un fils, Norbert, et quatre petits-enfants. L'aîné des petits-enfants, Robin, a joué durant quatre années comme hockeyeur au CPM avant de se diriger vers le basket, et le plus jeune, Thibault, âgé de neuf ans, perpétue la lignée en tant que jeune



joueur dans les rangs juniors du CPM. Chez les Giroud, le hockey semble être dans l'ADN familial, transmis de génération en génération. Norbert Giroud, lui-même, a suivi les traces de son père avec une brillante carrière dans le hockey. Encouragé par un père passionné et une mère impliquée – Jeannette, qui fut secrétaire du club de hockey – Norbert a évolué avec talent

l'époque, il n'y avait pas de patinoire à Meyrin.» raconte-t-il. « C'était une zone de campagne, avec des marécages et plusieurs étangs. Les hivers étaient souvent plus rigoureux qu'aujourd'hui, et les étangs gelaient régulièrement. » Ces conditions naturelles offraient aux habitants, enfants comme adultes, un terrain de jeu idéal pour pratiquer le patinage et, bien

«La patinoire se situe précisément là où se trouvait autrefois le plus grand étang gelé du canton»

sur la glace, s'arrêtant juste avant de passer professionnel.

Aujourd'hui, le relais est passé à Thibault, qui montre déjà un enthousiasme et une énergie qui rappellent ses aînés. Bernard, quant à lui, peut être fier d'avoir initié une dynastie sportive. Le hockey, chez les Giroud, est plus qu'un sport, c'est un héritage qui unit trois générations.

Un parcours magnifique.

Une passion née sur la glace des marécages

Bernard se souvient d'une époque bien différente, où la commune de Meyrin était encore rurale, loin des constructions actuelles. « À



sûr, le hockey. D'ailleurs, la patinoire actuelle de Meyrin a une signification particulière pour Bernard. Elle se situe précisément à l'endroit où se trouvait autrefois le plus grand étang gelé du canton. «Les marais de Meyrin étaient connus de tous, » se souvient-il. « Je pense encore à l'hiver de 1956 qui

RIEN A CHIFFRER: Il y a entre 10 et 13% de gauchers dans le monde. Environ 25 % des meilleurs athlètes de raquette au monde sont gauchers. Et en hockey 60 à 70% sont gauchers. Avis aux amateurs de raccourcis rapides. La Suisse possède 200 patinoires artificielles, 300 piscines publiques et 56 000 piscines privées

reste gravé dans ma mémoire. Ce fut l'un des plus froids de l'histoire récente, avec des températures glaciales qui transformaient la commune en véritable patinoire naturelle. Cette année-là, je me rendais à l'école en patins à glace, en plein milieu de la route de Meyrin qui était complète-

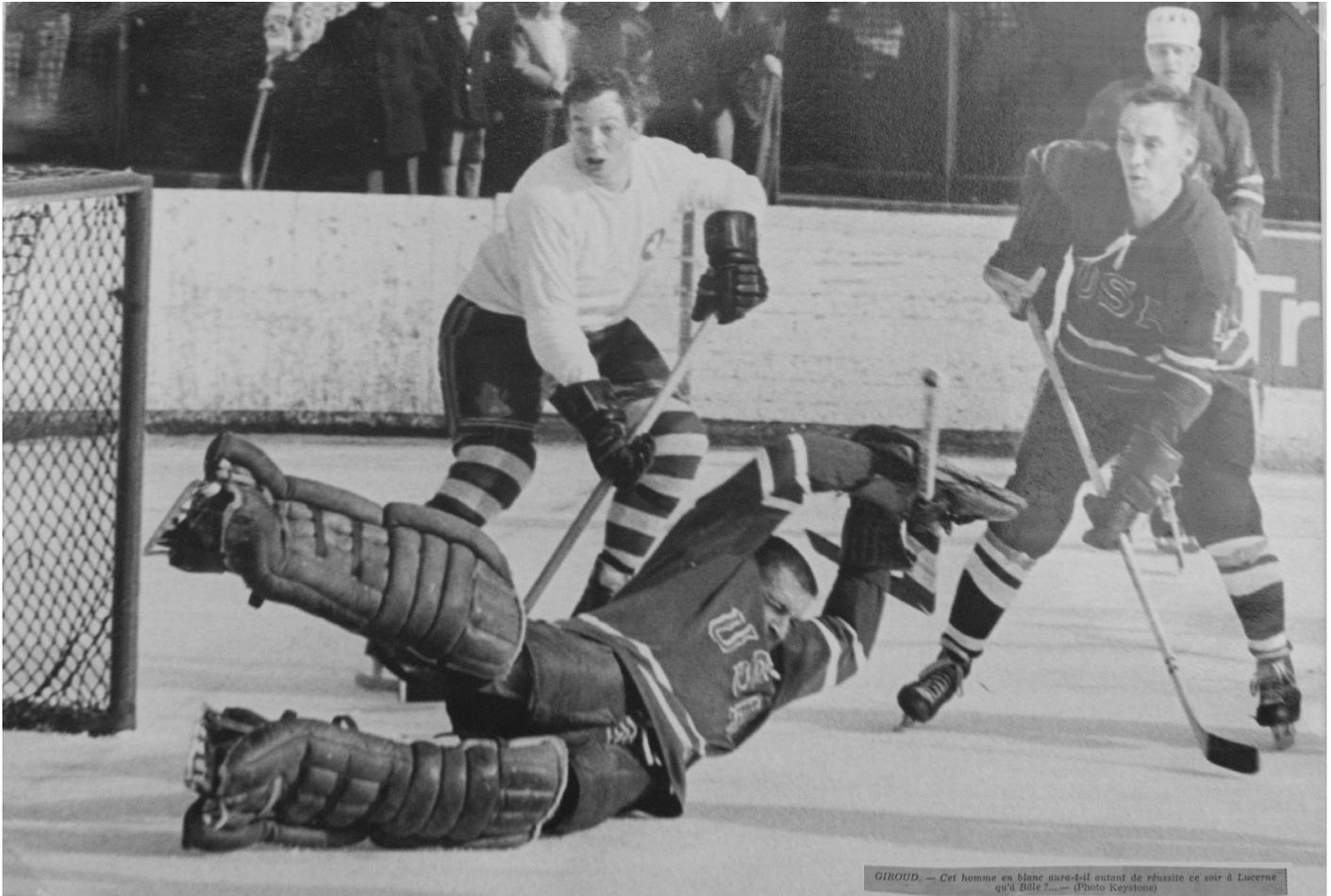
allait changer le cours de sa vie.

Une ascension fulgurante

Repéré lors de ce tournoi, Bernard est invité à rejoindre l'équipe de hockey de l'UGS, l'un des deux clubs phares du canton à cette époque, avec le Servette. Très vite, son talent brut lui

A, la plus haute division du championnat suisse de hockey. Bernard devient alors un joueur central dans cette nouvelle formation.

La suite de l'épopée meyrinoise de Bernard Giroud au prochain numéro.



GIROUD. — Cet homme en blanc aura-t-il autant de réussite ce soir à Lucerne qu'à Bille? — (Photo Keystone)

La photo préférée de Bernard. On voit le puck rentrer dans la lucarne mais surtout, on remarque que même le gardien ne porte pas de casque...

«l'hiver 56 fût l'un des plus froid de l'histoire, je me rendais à lécole en patin à glace»

ment gelée, » raconte Bernard.

Étant donné que les infrastructures sportives n'étaient pas aussi développées qu'aujourd'hui, il s'entraînait sur ces marécages gelés et ce simple plaisir de glisser sur la glace allait rapidement se transformer en une passion. Un jour, lors d'un tournoi scolaire organisé par le journal « La Suisse » (aujourd'hui disparu), son talent est repéré. Cette compétition

permet de gravir les échelons et de se retrouver en Premier League.

En avril 1963, seulement un an après son adhésion à l'UGS, un événement historique pour le hockey genevois survient : la fusion des deux clubs, UGS Genève et Servette. Ce mariage donnera naissance au Genève-Servette Hockey Club que nous connaissons aujourd'hui. L'année suivante, Genève Servette est promu en ligue nationale

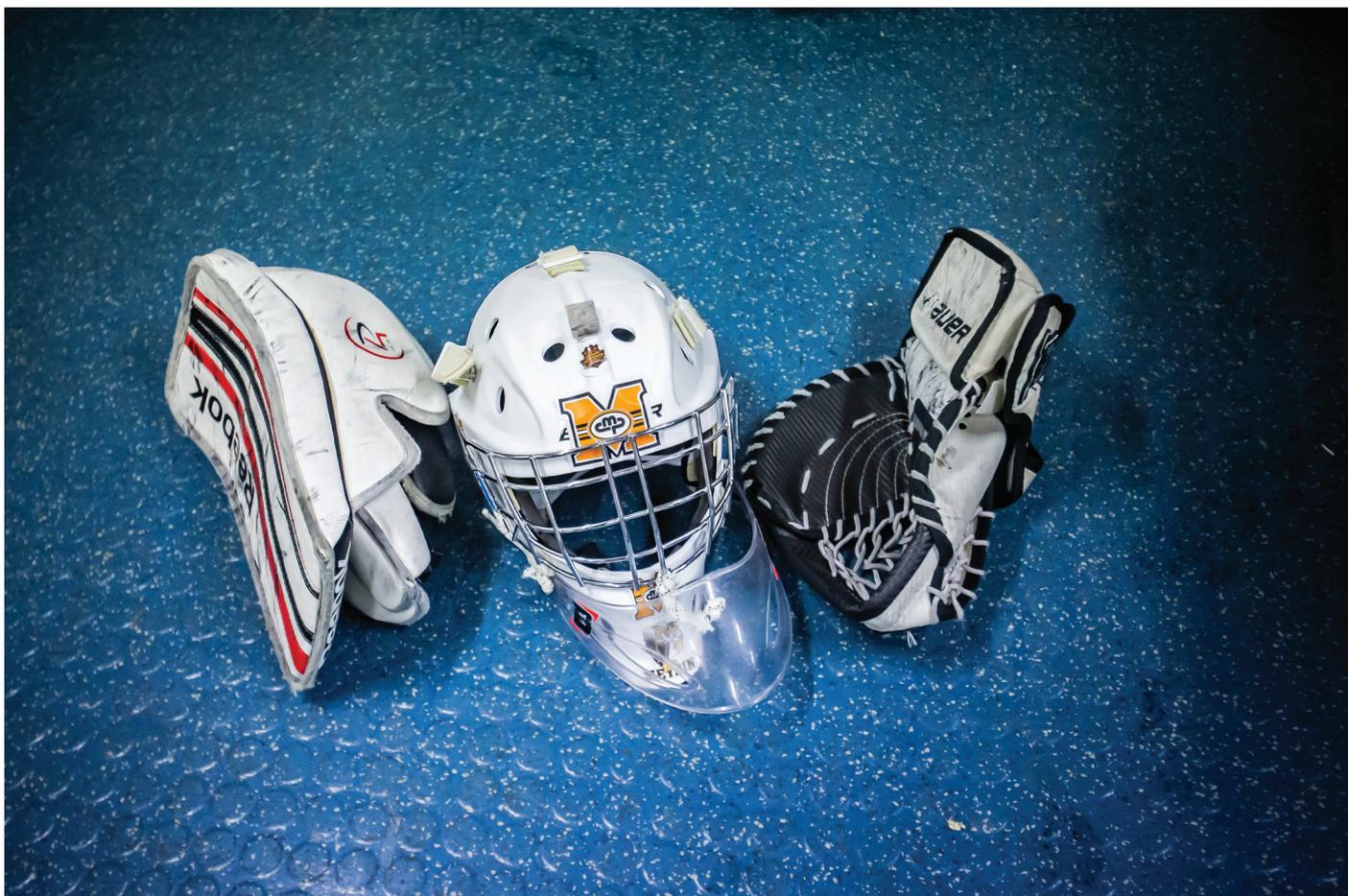


Thibault Giroud lors d'un tournoi U11 à Chamonix, décembre 2024

En 2018, la Suisse comptait 27'500 joueurs de hockey avec une licence dont 1700 femmes. La plus grande patinoire de hockey du monde (Le Centre Bell - 15'600 m2) se trouve à Montréal, construite en 1996, elle peut accueillir 21 273 personnes (dans les gradins pas sur la glace bande de petits malins !!!)



LA GALLERIE DE LA GAZETTE



Le gardien du CPM est prié de sortir de la piscine pour le début du match, merci! ©DomDaher



Notre patinoire!!
©MiliGailler

Ci-gissent nos photos. Les tiennent, les miennes, les nôtres, les vôtres, celles que l'on recevra que l'on sélectionnera sans aucune forme de partialité, ni de thème juste par amour d'un beau cliché. Image à envoyer à steve@cpmeyrin.ch



La nouvelle mascotte en couleur, il y a beau y avoir du jaune c'est pas du poussin!



Les minis (10/12ans) du CPM à Chateau d'Oex, entraîneurs Daniel Clerc (gauche) et Bernard Giroud (droite) dans les années 1980 ©DR



Jeff Acocella
©DomDaher



En haut de gauche à droite : Mélanie Blanc
Marion Fisher, Tanya Lathion En bas: Severine
Luthi, Olivia Schreiber et Noémie Carrard
©DR

Des premières lueurs, aux prochains défis : Chronique d'une ambition prometteuse...

Dimanche matin... Il est tôt... Un bout de glace... Une poignée de filles, patins aux pieds se rassemble et entame le premier entraînement de leur histoire... Bravant la glace seule, mais déterminée et sans le savoir encore, lançant le début d'une aventure collective inspirante.

C'est en 2006, sur la glace du Club des Patineurs de Meyrin, qu'un groupe de jeunes femmes passionnées s'aventurait dans l'inconnu. Leur nombre était moindre contrairement à leur volonté de faire du hockey.

«L'équipe féminine ne cesse de progresser et voit en elle un vivier de jeunes talents»

Ces passionnées ont « posé » les premières pierres d'une équipe qui allait grandir et persévérer malgré les défis. Les effectifs étaient réduits, les entraînements incertains et les coaches bénévoles changeaient fréquemment rendant le développement de l'équipe difficile. Mais loin de les décourager, ces obstacles ont amplifié leur détermination.

Après plusieurs années de persévérance et d'efforts collectifs, les rangs se sont étoffés permettant enfin à

l'équipe de s'inscrire en championnat de ligue C pour la saison 2010-2011. C'est une première victoire pour l'équipe qui peut ainsi montrer ce dont elle est capable et prétendre à évoluer dans une compétition.

Une seconde équipe, en parallèle, a brièvement rejoint le club tentant même la promotion en ligue supérieure objectif effectivement atteint en remportant, par la même occasion, le championnat de la saison 2014-2015. Cette expérience, qui n'a duré qu'une saison, a laissé une trace marquante, la première pierre, inspirant et renforçant ainsi l'équipe originelle qui reviendra en force pour poursuivre le combat et représenter Meyrin.

A partir de 2016, l'équipe féminine prend un virage décisif pour son avenir. Un encadrement structuré se met petit à petit en place, des entraîneurs motivés et passionnés rejoignent le projet et le soutien du club se fait ressentir. Le nombre de joueuses augmente et, grâce à cet engouement, l'équipe se consolide pour devenir celle que l'on connaît aujourd'hui. En compétition dans la ligue D, les efforts portent leurs fruits. Les premières victoires tombent et l'équipe prend confiance en elle. En 2023, elle atteint les play-offs franchissant ainsi une étape inédite et historique. Cette avancée marque le début d'une nouvelle ère : l'équipe prouve qu'elle a les moyens de se hisser parmi les meilleures.

Aujourd'hui, le club du CP Meyrin envisage l'avenir avec ambition. Désormais bien ancrée, l'équipe féminine ne cesse de progresser et voit en elle un vivier de jeunes talents. Le club investit pour former et intégrer la prochaine génération de hockeyeuses assurant ainsi la pérennité et la relève de l'équipe féminine.

L'histoire de ces pionnières, faite de défis, de résilience et de persévérance, inspirera peut-être les jeunes joueuses à reprendre le flambeau et à écrire,

elles aussi, les prochaines pages de l'histoire du hockey féminin à Meyrin. Lundi soir... Il est tard... Une équipe de hockey se prépare à entrer sur la glace... S'entraîner pour progresser, briller, exceller, et écrire son histoire... L'ascension de l'équipe féminine du Club des Patineurs de Meyrin ne fait que commencer. Anna Sarbu



Manon Freudiger. ©DomDaher

Origine et Histoire du Palet de Hockey

Le palet de hockey tel que nous le connaissons aujourd'hui est une version modernisée de la balle utilisée dans les premiers jeux de hockey sur glace, qui étaient inspirés du hockey sur gazon. Initialement, des balles étaient utilisées, mais elles roulaient trop et n'offraient pas assez de contrôle. La transition vers un palet en caoutchouc, plus plat, s'est faite pour améliorer la jouabilité sur la glace.

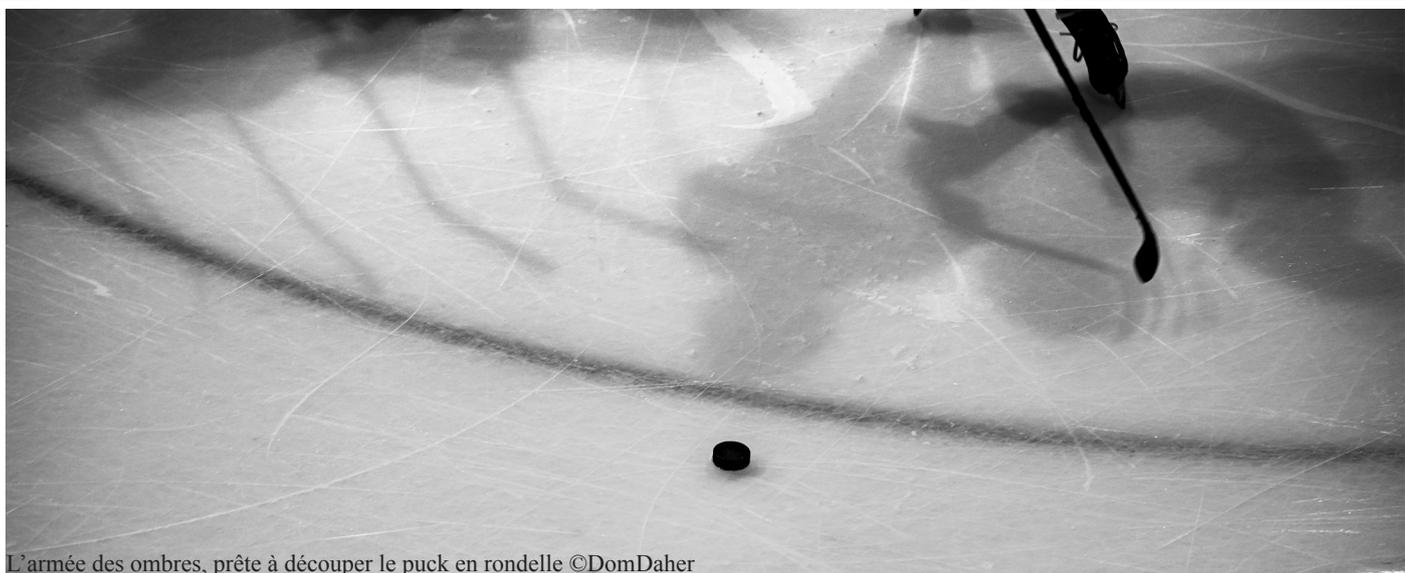
Le premier palet en caoutchouc aurait été utilisé au milieu du XIXe siècle, notamment au Canada, le berceau du hockey moderne.

Fabrication

Les palets de hockey sont principalement fabriqués à partir de caoutchouc vulcanisé. Le processus de fabrication est assez simple, mais nécessite une attention particulière pour assurer la qualité et la durabilité des palets.

Le caoutchouc utilisé pour les palets est traité pour être particulièrement résistant aux chocs et aux basses températures. La vulcanisation est un pro-

Faits Intéressants Sur Le Palet : Lors d'un match professionnel, il est courant d'utiliser entre 40 et 50 palets, car ils sont souvent perdus dans les gradins ou deviennent trop chauds pour être utilisés correctement. Un palet peut atteindre des vitesses incroyables, jusqu'à plus de 160 km/h dans certains tirs professionnels. Le tir le plus rapide



L'armée des ombres, prête à découper le puck en rondelle ©DomDaher

cessus chimique qui consiste à ajouter du soufre au caoutchouc naturel pour le rendre plus solide et élastique.

Processus

Le caoutchouc est fondu puis moulé sous forme de palet. Après le moulage, il est soumis à une haute pression et à une température élevée pour garantir une bonne densité et uniformité. Ce traitement permet au palet de rester stable et performant même à des températures très basses, typiques des patinoires.

Dimensions et poids

Les dimensions des palets de hockey sont strictement réglementées, en particulier dans les compétitions professionnelles telles que la LNH (Ligue nationale de hockey).

-Diamètre : 7,62 cm (3 pouces)

-Épaisseur : 2,54 cm (1 pouce)

-Poids : entre 154 et 168 grammes (environ 5,5 à 6 onces)

-Texture : La surface des palets est souvent rugueuse ou granuleuse pour permettre aux crosses de mieux les saisir et les contrôler. Cela aide également à réduire la friction sur la glace, rendant le jeu plus fluide.

Utilisation et Caractéristiques du Palet sur Glace

Le palet est conçu pour glisser rapidement et en douceur sur la glace.

-Température : Avant les matchs, les palets sont souvent congelés pour

réduire leur rebond et les maintenir stables. Lorsqu'un palet est chaud ou tiède, il a tendance à rebondir davantage, ce qui pourrait perturber le jeu.

Durabilité

Les palets doivent être très résistants aux impacts répétés, que ce soit contre la crosse des joueurs ou les bandes de la patinoire. Il n'est pas rare, cependant, que les palets se fissurent ou se cassent après de nombreuses utilisations, en particulier à cause des coups très puissants.

Variantes de Palets

Outre le palet standard, il existe d'autres types de palets adaptés à différentes utilisations :

-Palets d'entraînement : Ces palets sont souvent plus lourds (jusqu'à 10 onces, soit environ 280 grammes) pour améliorer la force et la technique des joueurs.

-Palets de roller hockey : Ils sont souvent en plastique, conçus pour glisser sur les surfaces en béton ou en plastique utilisées dans le roller hockey. Ils sont légèrement plus légers et ont parfois des roulements à billes ou des petites bosses pour mieux glisser sur des surfaces rugueuses.

-Palets lumineux ou fluorescents : Utilisés pour des jeux ou des événements spéciaux, ces palets sont souvent peints avec une peinture fluorescente ou équipés de LED pour permettre de

les voir dans des conditions de faible éclairage, notamment lors des matchs en extérieur.

Impact Environnemental

La production de palets, bien que relativement simple, soulève aussi des questions environnementales, notamment en raison de l'utilisation de caoutchouc vulcanisé. Certaines entreprises ont commencé à explorer des matériaux alternatifs ou des moyens de recycler les palets après leur utilisation. Cependant, la majorité des palets ne sont pas recyclés, et beaucoup finissent par être perdus dans les patinoires ou lors des matchs.

Le palet de hockey sur glace, malgré son apparence simple, est un élément sophistiqué et essentiel du sport. Sa fabrication, et même son entretien influencent directement la qualité du jeu sur la glace. Grâce à des améliorations dans les matériaux et la conception, les palets modernes permettent de maintenir des vitesses élevées et une grande précision, tout en résistant aux conditions difficiles des matchs de hockey.

Steve Cadoux



jamais enregistré dans la LNH a été celui de Zdeno Chara, avec une vitesse de 175 km/h. Le poids du palet : Bien que le poids standard soit entre 154 et 168 grammes, certains joueurs, notamment les gardiens de but, préfèrent parfois des palets plus lourds pour l'entraînement, car cela les aide à améliorer leurs réflexes et leur endurance.

Le p'tit déj d'un champion

La nourriture est le carburant du corps mais pour arriver en forme au moment du match il y a des règles à respecter afin que l'énergie délivrée soit optimale.

Le matin, il faut respecter une répartition Protéines, Glucides, Lipides :

-Protéines : yaourt, fromage, œuf, jambon...

-Glucides : pain, fruits... pour les haribos ou le sucre de raisin on oublie, c'est équivalent à un sabotage. A bon entendeur...

-Lipides : beurre, noix/noisettes, avocat

Quoi manger quand? :

-Quatre heures avant le match :

Pain complet + beurre ou avocat ou noix/noisettes... + laitage ou jambon ou fromage frais ou oeufs.

- Deux heures avant le match : Glucides assimilés rapidement, pas de pain complet mais pain blanc (sous forme de sandwich par exemple) ou pâtes blanches ou riz + avocat ou autres formes de graisses + protéines (jambon, oeuf, fromage...).

Merci à Laurette EUSTACHE, Diététicienne Nutritionniste à Annecy <https://www.lebienetrelaurette.com/>

Vrai ou faux ?

Le club des patineurs de Meyrin a été sponsorisé par une star de cinéma.

Genève Servette a joué devant plus de 10 000 spectateurs aux Vernets

Réponse dans la prochaine Gazette

La Gazette internationale
Une SA de 1.000.000.000 \$ de capital au tirage que ça ne vous regarde pas.

Directeur de publication: Steve Cadoux
Rédacteur en chef et DA: Dom Daher
Corrections : Kirsten Opelz quand il n'y a pas de fautes, Dom Daher quand il y en a.

Ont contribué à ce numéro:

Textes: Paul Savary, Anna Sarbu, Laurette Eustache, Steve Cadoux, Dom Daher

Photos: Mili Gailler, Collection Bernard Giroud, Dom Daher

Illustration: Tinkan

Remerciements spéciaux: Georg Rupp, Blaise Alexandre Le Comte



Suivez-nous dans la metaverse, scannez, likez, suivez.

Plus vraie que la réalité réelle, que celui qui n'a jamais vécu cela me jette le premier puck! ©Tinkan

