



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Suisse**Mobile**

Suisse Tourisme.
MySwitzerland.com



slowUp

Jura

www.slowUp.ch



1^{er} slowUp Jura

Agglo'balade

Dimanche 28 juin 2009
de 10h à 17h
Delémont et son agglomération



MIGROS



Avec le soutien de la
Loterie Romande

JURA CH



suvaliv
Vos loisirs en sécurité

Le Quotidien
JURASSIEN



L'énergie naturelle

planet-luzern.ch



joueur d'équipe naturel

www.ramseier.ch

Invitation...

Dimanche matin, 10h, avenue de la Gare, Delémont... Une odeur de croissant frais chatouille mes narines et le soleil caresse ma peau. Une petite brise tempère la chaleur ambiante. Magnifique journée en perspective, ciel bleu sans nuage et surtout aucun bruit de moteur. Je monte en selle et premier coup de pédale, c'est parti. Beaucoup de monde alentour, l'achat des journaux, du dessert... des sourires et des bonjours à la ronde.

Après quelques minutes d'effort, déjà une descente en vue et la nature qui s'offre à moi dans ses plus beaux atours. L'herbe coupée, l'orge qui mûrit et la paille qui jaunit... et ces odeurs qui accompagnent les couleurs... un vrai tableau de Gauguin.

Une petite pause-café et l'on repart... Partout des visages heureux de la rencontre, des signes d'amitié... quel accueil, quelle chaleur humaine! Les enfants s'en donnent à cœur joie, car il y a des jeux en nombre et des copains venus de partout. Les habitants ont fait l'impossible pour que chacun se sente bien.

Une petite montée et hop! un rafraîchissement sur le bas-côté... dieu qu'il est le bienvenu après l'effort. Et tiens! de la musique et de la danse, c'est fantastique... impossible de s'ennuyer. Longue descente et grand plat... l'ivresse exceptionnelle de la route sans voiture... mais attention le plus dur reste à faire.

Heureusement, un petit coin de nature tranquille au bord de la rivière, à l'ombre des saules, permet de reprendre les forces nécessaires pour terminer mon périple. Me voici au sommet et, à la vue qui m'est offerte, je me dis que l'effort fourni a été plus que récompensé. Mes yeux sont ivres de la beauté de cette nature pure bien que je sois dans une agglomération. Quel beau pays, les habitants sont chanceux et heureux. On le sent à leur rencontre, ils sont généreux et accueillants.

Me voilà de nouveau à la case départ. Mais alors, impossible de repartir sans craquer pour une «firole» de lard, un fromage au lait cru ou encore des biscuits maison... ils appellent tout cela les produits du terroir. C'est aussi bon à regarder qu'à déguster. Le temps de prendre un verre avec les amis d'un jour et c'est le retour au bercail.

Je vous ai mis l'eau à la bouche? Vous ne tenez plus en place... alors sortez vos vélos, vos rollers, vos bâtons nordiques et tous au 1er slowUp du Jura autour de Delémont et son agglomération le dimanche 28 juin 2009!

Patricia Cattin,

présidente du comité d'organisation

SlowUp, ce nom ne vous dit peut-être pas grand-chose, mais pour nous il veut dire beaucoup!

Une première pour notre canton! Le dimanche 28 juin 2009 se déroulera le 1er slowUp Jura dans la Vallée de Delémont!

Jura Tourisme a pris les contacts nécessaires et a œuvré activement pour que notre région soit retenue par l'instance nationale des slowUp dès l'apparition du concept en 2000. La manifestation attirera non seulement de nombreux Jurassiens et Jurassiennes, mais elle bénéficiera aussi de la venue non négligeable de visiteurs de l'extérieur. L'occasion sera donc belle de profiter de l'engouement suscité par cette manifestation d'envergure pour faire découvrir notre magnifique contrée!

La mobilité douce a actuellement le vent en poupe! Les slowUp ont connu un développement rapide, leur nombre augmente chaque année et les participants y viennent toujours plus nombreux. Le concept plaît: à l'heure où l'on parle beaucoup de durabilité, d'environnement et de promotion de la santé, découvrir une région à la force de ses mollets et sur des routes fermées au trafic, séduit et enthousiasme!

Contemplation et mouvement seront enrichis d'un beau programme d'animations culturelles, sportives et culinaires.

Place donc aujourd'hui à cette journée «découverte» pour tout un chacun et beaucoup de plaisir à tous!

Pierre Boillat,

président de Jura Tourisme

www.juratourisme.ch



Patricia Cattin



Pierre Boillat

Willkommen

Mit viel Begeisterung schliesst sich der Jura der Schweizer slowUp-Familie an. Die erste Durchführung «seines» Erlebnis- und Freizeittages ganz unter dem Motto der reduzierten Geschwindigkeit findet am Sonntag, 28. Juni 2009 auf einer angenehmen Strecke rund um Delsberg statt. Radfahrer, Inline-Skater, Rollschuhfahrer und Wanderer können sich in Begleitung von Familie, Freunden oder solo auf einem 34 km langen, für den motorisierten Verkehr gesperrten Rundkurs nach Herzenslust vergnügen. Alle die bei den Vorbereitungen dabei waren freuen sich, euch zu diesem Anlass begrüßen zu dürfen und heissen euch recht herzlich willkommen!

Table des matières

4-5	Accès au slowUp Jura
7	Procap / Andiamo et Rent a Bike
8	Village d'accueil – présentation des stands des partenaires
9	Aire d'animation de Delémont et Delémont Ville du Goût
11	Aires d'animation de Courroux-Courcelon et Vicques
12-13	Parcours du slowUp Jura
15	Aires d'animation de Courrendlin et Châtillon
17	Aires d'animation de Courtételle et Courfaivre
19	Aires d'animation de Bassecourt et Develier
21	Autres slowUp et comité d'organisation
22	Informations pratiques

Impressum

Production du programme: Cédric Cerf et Laurent Kleiber

Graphisme et mise en page: NoPixel, Delémont

Impression: Pressor, Delémont

Tirage: 37000 exemplaires

Distribution: encartage dans Le Quotidien Jurassien et dans l'édition du district de Moutier de La Gazette de la Région

slowUp Jura 2009 communication/promotion

23 Accès A vélo

Nous vous recommandons d'accéder au slowUp depuis votre domicile à vélo.

23 Accès à Delémont

Itinéraire régional n° 23 en provenance de Bâle.

64 Accès à Courrendlin

Itinéraire régional n° 64 en provenance de Moutier.

23 Accès à Bassecourt

Itinéraire régional n° 23 en provenance des Franches-Montagnes par les Gorges du Pichoux.

64 Accès à Develier

Itinéraire régional n° 64 en provenance des Rangiers.

Informations détaillées sur les itinéraires: www.suissemobile.ch

En voiture

Les participants au slowUp arrivant dans la région delémontaine en voiture pourront garer leurs véhicules sur les parkings indiqués sur la carte des pages 12 et 13.

En train avec les CJ

Les trains des CJ en provenance de La Chaux-de-Fonds et des Franches-Montagnes s'arrêtent à Glovelier. Les participants au slowUp peuvent rejoindre le circuit à Bassecourt depuis Glovelier en empruntant la piste cyclable. Ils peuvent aussi se rendre à Delémont par la correspondance des CFF.

La Chaux-de-Fonds	8.03	9.03	10.03
La Ferrière	8.14	9.14	10.14
Les Bois	8.19	9.19	10.19
Le Noirmont	8.32	9.32	10.32
Saignelégier	8.43	9.43	10.43
Pré-Petitjean	8.48	9.48	10.48
Bollement	8.55	9.55	10.55
Combe-Tabeillon	9.05	10.05	11.05
Glovelier	9.15	10.15	11.15
Delémont	9.37	10.37	11.37

RENT A BIKE

Location de vélos au village slowUp à Delémont

Nous vous recommandons de louer un vélo sur place, au village d'accueil à la gare de Delémont, car la capacité de transport dans les trains est limitée.

La réservation est conseillée. Le vélo doit être restitué au stand Rent a Bike à la gare de Delémont.

Informations: www.rentabike.ch

Prix en CHF

Types de vélo	Demi-tarif / AG	Tarif normal
Countrybike, vélo pour enfants	28.–	33.–
Countrybike avec remorque pour enfants ou tandem adulte-enfants	42.–	47.–
Tandem	65.–	75.–
Vélo électrique	37.–	42.–

Enfants jusqu'à 16 ans: 50% de rabais

Gratuit: sièges pour enfants, casques SuvaLiv

Les vélos sont disponibles dimanche matin dès 9h au village slowUp à Delémont

Réservations:

Rent a Bike AG, 041 925 11 70 (réservation possible jusqu'à vendredi 17h)

www.rentabike.ch (réservation possible jusqu'à samedi 17h)

Delémont	15.22	16.22	17.22
Glovelier	 15.38	16.38	17.38
Combe-Tabeillon		16.47	17.47
Bollement		16.56	17.56
Pré-Petitjean		17.03	18.03
Saignelégier	16.21	17.21	18.21
Le Noirmont	16.29	17.29	18.29
Les Bois	16.36	17.36	18.36
La Ferrière	16.41	17.41	18.41
La Chaux-de-Fonds	16.57	17.57	18.57

La nature pour vos loisirs !

Les Franches-Montagnes ou le Doubs, en trottinette ou en raquettes...
Offres combinées avec ou sans transport.

A vivre en direct sur :
www.les-cj.ch

Chemins de fer du Jura
Gare de Saignelégier
Tél. +41(0)32 952 42 75
Fax +41(0)32 952 42 70
Groupes: Tél. +41(0)32 952 42 90


Chemins de fer du Jura

Les meilleurs trains pour se rendre au slowUp Jura.



Zürich HB	dép.	7.08	7.36	8.08	9.02	9.08		arr.	18.52	19.00	19.52	20.52
Basel SBB	arr.	8.12	8.47	9.12	9.57	10.12		dép.	17.47	18.07	18.47	19.47
Basel SBB	dép.	8.37	9.03	9.37	10.03	10.37	Train renforcé	arr.	17.22	17.53	18.22	19.22
Basel Dreispitz		8.40		9.40		10.40	Train renforcé		17.17		18.17	19.17
Münchenstein		8.42		9.42		10.42	Train renforcé		17.14		18.14	19.14
Dornach-Arlesheim		8.45		9.45		10.45			17.12		18.12	19.12
Aesch		8.48		9.48		10.48			17.09		18.09	19.09
Duggingen		8.50		9.50		10.50			17.06		18.06	19.06
Grellingen		8.52		9.52		10.52			17.04		18.04	19.04
Zwingen		8.59		9.59		10.59			16.59		17.59	18.59
Laufen		9.03	9.21	10.03	10.21	11.03			16.56	17.34	17.56	18.56
Delémont	arr.	9.17	9.37	10.17	10.37	11.17		dép.	16.43	17.23	17.43	18.43
Biel/Bienne	dép.	8.12 8.49	9.12	9.49	10.49	12.12		arr.	16.48	17.10	17.48	18.48
Grenchen Nord		8.22 9.00	9.22	10.00	11.00	12.22			16.39	17.00	17.39	18.39
Moutier		8.31 9.08	9.31	10.08	11.08	12.31			16.30	16.51	17.30	18.30
Delémont	arr.	8.40 9.18	9.40	10.18	11.18	12.40		dép.	16.20	16.42	17.20	18.20
Delle (F)	dép.		9.33		10.33			arr.		17.25		
Porrentruy		9.07	9.52	10.07	10.52	11.07			16.52	17.06	17.52	18.52
Courgenay		9.12	9.59	10.12	10.59	11.12			16.46	16.59	17.46	18.46
St-Ursanne		9.16		10.16		11.16			16.40		17.40	18.40
Glovelier		9.22		10.22		11.22			16.35		17.35	18.35
Bassecourt		9.24	10.09	10.24	11.09	11.24			16.31	16.48	17.31	18.31
Courfaivre		9.30		10.30		11.30			16.28		17.28	18.28
Courtételle		9.32		10.32		11.32			16.25		17.25	18.25
Delémont	arr.	9.37	10.18	10.37	11.18	11.37		dép.	16.22	16.42	17.22	18.22

Italique: Transport de vélos limité (Train ICN; réservation pour le vélo obligatoire)

Informations relatives aux horaires, commandes de billets, tickets événements: www.cff.ch / Rail Service 0900 300 300 (CHF 1.19/min), 24h/ 24h.

www.cff.ch/events www.cff.ch/arcjurassien www.cff.ch/mobilite



Achetez en ligne dès maintenant!

Braaaaaavooooo!

Vous trouverez aux CFF le plus grand choix de billets pour des comédies musicales, des concerts, des représentations théâtrales et bien d'autres événements culturels se déroulant en Suisse et en Allemagne: dans quelque 200 gares CFF, auprès de Rail Service au 0900 300 300 (CHF 1.19/min) et, pour la Suisse, désormais aussi en ligne. Et pour voyager pratique, profitez-en pour acheter votre billet de train. Ou un billet combiné RailAway. www.cff.ch/events



TOUT UN BOUQUET DE DÉCOUVERTES



Et si vous profitez de votre visite dans le Jura à l'occasion du **1^{er} slowUp Jura** pour ouvrir tous vos sens et découvrir les délices d'une région ouverte sur de grands espaces, dans une nature intacte et variée?

Avec plus de 1200 kilomètres de sentiers pédestres et de pistes cyclables, le canton du Jura est le champion de la mobilité douce. Il vibre au rythme de l'accueil, de la tradition, des produits du terroir, dans un environnement sauvage, authentique et préservé.

LE CANTON DU JURA. SI VASTE, SI PROCHE.

Le slowUp Jura...

vers l'association du développement durable et de la promotion de la santé

Activité physique et plaisir

Le 1^{er} slowUp Jura vous invite à (re)découvrir les plaisirs de la mobilité douce. Lors de cette journée, vous aurez la possibilité de vous dépenser, mais aussi de vous détendre, dans un cadre idyllique et sécurisé. Cela sans aucune obligation de performances.

Le développement durable au slowUp

Le slowUp se veut résolument durable ! Durant une journée, l'équilibre entre la solidarité sociale, l'efficacité économique et la responsabilité écologique est mis en avant. La manifestation est ouverte à tous : jeune ou moins jeune, seul, en groupe ou en famille... chacun y trouvera son compte. La participation est gratuite et les prix des consommations adaptés à toutes les bourses. Afin de rester dans l'esprit de la manifestation, nous vous conseillons de vous rendre au slowUp en empruntant les transports publics.

Alimentation et santé

Le long du parcours, vous aurez la possibilité de vous restaurer. Les produits du terroir seront mis en avant et dans chaque aire, un menu certifié **D-li vert** vous sera proposé. Vous aurez donc le choix d'une alimentation de qualité, saine et équilibrée.



Plus d'informations:
www.fondationo2.ch
www.juragenda21.ch

D-li vert

le nouveau label de Fourchette verte

Fourchette verte, le label de l'alimentation équilibrée propose des repas à tous âges et en toutes circonstances qui répondent aux 3 critères suivants:

- Un plat du jour varié, sain et équilibré
- Des boissons sans alcool à un prix favorable
- Un environnement respecté (hygiène, tri des déchets)

Après les labels **Fourchette verte** pour les Adultes, les Tout-petits, les Juniors et les Seniors, le label **D-li vert** propose des repas équilibrés dans les fast-foods et lors de manifestations.

Les menus D-li vert du slowUp vous proposent:

- ✓ Une portion généreuse de légumes/fruits et ou crudités (env. 120g)
- ✓ Une portion de farineux (à discrétion)
- ✓ Une portion de viande ou équivalent (1/4-1/6 assiette)
- ✓ Des matières grasses de bonne qualité
- ✓ Si présence d'un mets gras: 1 maximum par repas
- ✓ Une boisson

Pas moins de 20 menus labellisés "D-li vert, le nouveau label de Fourchette verte" vous attendent dans les différents villages traversés par le slowUp Jura 2009.



D-li vert, mieux qu'un label
une attitude différente!



www.fourchetteverte.ch

Andiamo!



pour personnes
avec handicap

procap

Un plaisir accessible aussi aux personnes avec handicap

Le slowUp Jura est accessible à toutes les personnes avec handicap et a bénéficié du soutien de Procap via le projet «Andiamo!»:

- Places de parc pour handicapés-es
- WC adaptés tout au long du parcours
- Prises électriques pour la recharge des batteries
- Signalisation claire

Sur le site internet www.procap-andiamo.ch, vous trouverez également:

- Carte détaillée du parcours
- Possibilité de louer des vélos spécialement adaptés
- Service d'accompagnement pour personnes avec handicap

Informations complémentaires pour les personnes avec handicap:
Procap – Andiamo, tél. 032 328 73 03,
r.fehlmann@procap.ch, www.procap.ch

Le nouveau casque slowUp de SuvaLiv

Vous n'avez pas encore de casque ou souhaitez remplacer votre ancien modèle afin d'être mieux protégé pour pédaler ou patiner lors du slowUp? Alors profitez de notre offre exceptionnelle: au stand Rent a Bike et SuvaLiv, vous avez la possibilité d'essayer le nouveau casque slowUp de SuvaLiv et de l'acheter au prix spécial de 63 francs au lieu de 79 francs. Le casque slowUp jaune-orange existe en deux tailles (52 - 57 cm et 54 - 61 cm).

Les casques utilisés régulièrement devraient être changés tous les 5 ans ou s'ils ont subi un coup violent lors d'une chute.

A vélo, jamais sans casque! Avec ce slogan, la Suva et le bpa s'engagent en faveur du port du casque cycliste dans le cadre de leur campagne commune. La Suva vous souhaite une agréable journée sans accident!



FLYER
Innovation in Mobility

WattWorld
www.wattworld.ch

Vélo électrique

- Simple
- Economique
- Rapide
- Fiable



joliatcycles.ch
Courttéle 032 422 94 18

VILLAGE D'accueil, gare de Delémont

08



1 DU RESSORT POUR VOTRE SANTÉ

La CSS Assurance s'engage activement en faveur de la promotion de la santé. C'est pourquoi elle soutient le slowUp. Dans sa tente bleue, au village à Delémont, vous attend le jeu attrayant de la CSS. Toutes les participantes et tous les participants reçoivent immédiatement un prix. Et avec un peu de chance vous gagnerez l'un des prix du concours d'une valeur totale supérieure à 25000 francs.



2 MIGROS

Les manifestations attrayantes peuvent compter sur des partenaires forts. Ainsi, Migros et SportXX seront cette année encore dans les starting-blocks en tant que principaux sponsors des 15 slowUp prévus.

Arrêt chez SportXX

Pour plus de sécurité encore lors du slowUp, 4 «garages SportXX» seront présents tout au long du trajet. Des mécaniciens y répareront gratuitement les vélos et les inline-skates des participants – seul le matériel sera facturé. Par ailleurs, des bons SportXX pour des rabais intéressants seront remis aux sportifs.

Zone Farmer Relax dans les champs de céréales

Le bien-être des participants ne sera pas en reste non plus grâce aux arrêts Farmer. Les sportifs pourront s'y restaurer ainsi que se relaxer dans la zone Relax – en plein cœur des champs de céréales!



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Un château gonflable pour faire bouger vos enfants. Visitez le château gonflable et le stand d'information de Promotion Santé Suisse. Vos enfants se feront un plaisir à sauter et à s'amuser sur le château. Et pendant qu'ils font les fous, vous reprendrez des forces et trouverez une foule de bons tuyaux pour aider vos petits à pratiquer de l'exercice physique au quotidien, aussi amusant qu'un slowUp, ainsi que se nourrir de façon équilibrée.

Nous nous réjouissons de votre visite!

Promotion Santé Suisse / www.promotionsante.ch



Le Quotidien
JURASSIEN

ambiance «ÉLECTRIQUE» SUR LE

STAND DU Quotidien Jurassien

Participez au slowUp en vélo électrique! En passant sur le stand du *Quotidien Jurassien*, vous pourrez tester gratuitement un moyen de locomotion écologique et économique tout en limitant vos efforts! Durant 30 minutes, vous aurez tout loisir de vous balader sur un vélo électrique de qualité mis à disposition par Joliat Cycles. Et n'oubliez pas de participer au concours pour tenter de gagner... un vélo électrique! Profitez également de l'occasion pour venir vous désaltérer et retirer le cadeau réservé à nos fidèles abonnés.



DES PRODUITS NATURELS ET SAINS

Ramseier est synonyme de produits naturels et sains ainsi que matières premières haut de gamme. Ces valeurs de la marque sont largement diffusées par Ramseier lors des différents slowUp. Ramseier est présent avec trois stands dont chacun permet de découvrir un produit de la gamme des schorles Ramseier. Ces produits, qui peuvent bien entendu être dégustés, procurent ainsi le rafraîchissement et l'énergie nécessaires pour participer au slowUp.

Il y aura en outre un jeu insolite et de chouettes concours dotés de prix attrayants.



BCJ

Le PLEIN DE VITAMINES

La Banque Cantonale du Jura vous donne rendez-vous à son stand pour faire le plein de vitamines. Surprise et concours vous y attendent. Un superbe vélo Scott Sportster P4 est à gagner.



suvaliv

Vos loisirs en sécurité

PORTEZ LE CASQUE ET GAGNEZ!

Lors du slowUp Jura, une récompense vous attend si vous portez le casque! N'hésitez pas à vous laisser attraper par le chasseur de casques de la Suva! Si vous souhaitez acheter un nouveau casque, vous profiterez de prix spéciaux sur toute la gamme de casques au stand Suva à Delémont. Vous pouvez pédaler jusqu'à ce stand où vous aurez aussi la possibilité de vous concocter une boisson rafraîchissante. Et ce n'est pas tout: la Suva est présente à Courtételle avec un stand où vous pouvez faire régler votre casque. Car seul un casque correctement adapté offre une protection optimale.

A vélo, jamais sans casque! Avec ce slogan, la Suva et le bpa s'engagent en faveur du port du casque cycliste dans le cadre de leur campagne commune. La Suva vous souhaite une agréable journée sans accident!



procap

Le slowUp Jura est accessible à toutes les personnes avec handicap. Il bénéficie du soutien de Procap via le projet «Andiamo!» – voir page 7.



**RENT
A BIKE**

Grâce à Rent a Bike, vous pouvez voyager agréablement en train et louer un vélo moderne sur place, au village slowUp à Delémont – voir page 4.



SBB CFF FFS

A la gare CFF de Delémont - le guichet pour tout. Le guichet ferroviaire répond à toutes vos questions en matière de voyages et vous propose d'autres prestations de service: billets pour la Suisse ou l'Europe, horaires, change d'argent, réservation de vos vacances, billets d'événements, expédition de vos bagages...



Présent sur la zone d'animation de Courrendlin



Présents à la sortie de Courcelon, à l'entrée de Châtillon et sur la route Courfaivre-Develier.



JuraTourisme, infos touristiques,
Tél: 032 420 47 71
Secrétariat central du slowUp
Tél: 032 420 47 94



Delémont www.delemont.ch

Delémont, capitale du canton du Jura, est située à moins d'une heure des villes de Bâle, Bienne, La Chaux-de-Fonds et Montbéliard. Avec ses 12000 habitants, elle offre aux visiteurs les avantages d'une ville moderne, dans un environnement naturel bien préservé.

A partir d'une petite cité médiévale, l'agglomération delémontaine s'est étendue dès le milieu du XIXe siècle. Autour de la vieille ville, centre historique admirablement restauré, se sont développés le quartier commercial de la gare, des zones résidentielles et des espaces de détente et de sport.

Siège du Parlement et du Gouvernement du canton, Delémont abrite aussi le Musée jurassien d'art et d'histoire. En 2006, la ville a reçu le Prix Wakker, qui récompense son développement urbain soigné et de grande qualité. Elle a été désignée, cette année, Ville suisse du Goût.

Animations:

En vieille ville

Mur de grimpe, tests de longboard, waveboard et skate, slack line, jeux de fléchettes, fanfare, badminton, modèles réduits de trains, exposition d'œuvres d'art en chocolat, visite d'aquariums, boissons et restauration.

A l'avenue de la Gare

Village gourmand avec produits du terroir (produits carnés, fruits et légumes, boulangerie, spiritueux, vins, douceurs), exercices de premier secours pour les enfants, démonstration et initiation de judo, court de tennis dans la rue, démonstration de capoeira, boissons et restauration.

Menus D-Li vert, le nouveau label de

ARMJ (Amis du rail et modélisme Jura): penne bolognese, salade mêlée, pain, jus de pomme ou eau, 12 fr.

Société de samaritains: soupe froide à la tomate, jambon du terroir, salades de pommes de terre et de carottes, eau, 15 fr.

Restaurant de la Croix-Blanche: bami goreng (pâtes/émincé de poulet/légumes), salade, eau, 19 fr.

Hôtel du Midi: salade du jour, spaghettis au saumon, eau, 23 fr.

Hôtel Victoria: médaillons de bœuf, jardinière de légumes, pommes allumettes, eau, 26 fr.

Menu Fourchette verte

Hôtel Victoria: brochette de queues de crevettes géantes, riz, salade variée, 26 fr.



La capitale jurassienne a été désignée l'automne dernier Ville suisse du Goût 2009 par l'Association pour la promotion du goût, organisatrice de la Semaine du Goût.

De nombreux événements d'importance nationale se tiendront donc dans la région jurassienne: Olympiades des fromages de montagne (23 au 25 octobre aux Franches-Montagnes), Concours suisse des produits du terroir (26 et 27 septembre à Courtemelon/Delémont), Marché Bio (19 et 20 septembre à Saignelégier) et Marché de la Saint-Martin (13 au 16, 21 et 22 novembre à Porrentruy). Toutes les infos sur www.gout09.ch

Delémont, pour sa part, organisera plusieurs manifestations gustatives tout au long de l'année. Deux d'entre elles se dérouleront durant le slowUp Jura.

Expo Choc

Sous le titre «Amour et Chocolat», Bernard Colomb, artisan chocolatier de Glovelier, exposera ses œuvres d'art en chocolat à la Galerie Paul-Bovée (sous les arcades de l'Hôtel de Ville, en vieille ville de Delémont).

L'exposition sera ouverte du 27 juin au 5 juillet – samedis et dimanches de 10h à 17h, du lundi au vendredi de 14h à 18h.

Village Gourmand

Samedi 27 et dimanche 28 juin, de 10h à 17h, une vingtaine d'artisans et producteurs du terroir se présenteront à l'Avenue de la Gare, en collaboration avec Pays Romand Pays Gourmand.

Semaine du Goût

De plus, entre le 17 et le 27 septembre, plusieurs événements se dérouleront à Delémont dans le cadre de la Semaine du Goût.

- jeudi 17 septembre: Les Goûts d'ailleurs, dans le cadre du 10e anniversaire de PROFORA BEJUNE, association qui organise des programmes de formation en faveur des requérants d'asile;
- vendredi 18 et samedi 19: Festival du Livre, sur le thème du goût;
- vendredi 18: Spectacle gourmand: l'assiette noire à la croisée des sens;
- lundi 21 au vendredi 25: Ateliers du Goût à l'intention des écoles primaires;
- samedi 26 et dimanche 27: Concours suisse des produits du terroir, à Courtemelon;
- dimanche 27: Passage de témoin à la Ville suisse du Goût 2010, à Courtemelon.

Tous les détails sur www.delemont.ch/gout

La vie est parfois renversante...
A vélo, jamais sans casque!



suvaliv
Vos loisirs en sécurité





www.courroux.ch

Courroux-Courcelon

La commune de Courroux est constituée de deux villages: Courroux et Courcelon. Si le premier abrite essentiellement des commerces, de l'artisanat et de l'industrie, le second, plus orienté «campagne», accueille de nombreuses exploitations agricoles. La population des deux localités s'élève à 3063 habitants, ce qui fait de Courroux la quatrième commune du canton du Jura.

Courroux tire son nom du latin *curtis rufus*, domaine en terre rouge, en raison de l'abondance du minerai de fer que l'on trouve sur son territoire. Courcelon a toujours été rattaché à la commune et à la paroisse de Courroux.

La fête du village qui se déroule sur trois jours, du samedi au lundi, le dernier week-end d'août, est connue loin à la ronde et rencontre chaque année un franc succès. Vingt-sept associations sportives, culturelles ou autres font vivre, bouger et vibrer la commune au rythme de leurs riches activités.

Animations:

A Courroux: Jongleur de rue, monocycle, char attelé, jeu de piste, tyrolienne, pont de cordes, jeu de quilles, tirs au but, parcours en patins à roulettes, produits naturels, stands d'information, boissons et restauration

A Courcelon: Initiation au tir à air comprimé, parcours d'agilité, boissons et restauration.

Menu D-Li vert, le nouveau label de 

Restaurant du Raisin: buffet de salades, poulet, émincé de poulet aux épinards, jus de fruits ou de légumes, minérales, 15.50 fr.



www.vicques.ch

Vicques

En pleine nature, Vicques offre une palette de curiosités, des lieux de promenade, de rencontre, des terrains de sport et de jeux. Desservi par un dense réseau de transports publics, situé à quelques minutes des liaisons autoroutières, Vicques offre un cadre de vie et de tranquillité à deux pas de la vie trépidante de la capitale jurassienne.

Vicques, c'est également:

- des écoles couvrant l'ensemble de la scolarité obligatoire;
- une maison de naissance, une crèche-garderie, une ludothèque, une résidence pour personnes âgées;
- un centre communal abritant une grande salle dotée d'un équipement technique performant et dédiée aux activités culturelles;
- la volonté de promouvoir la culture par l'entremise de sa commission «Viculturelle»;
- un espace industriel et artisanal de premier ordre offrant des possibilités d'implantation;
- une vie associative riche et variée;
- de nombreux commerces et services publics;
- un centre de revalorisation des déchets;
- un observatoire astronomique de renommée internationale;
- un musée de taxidermie.

Animations:

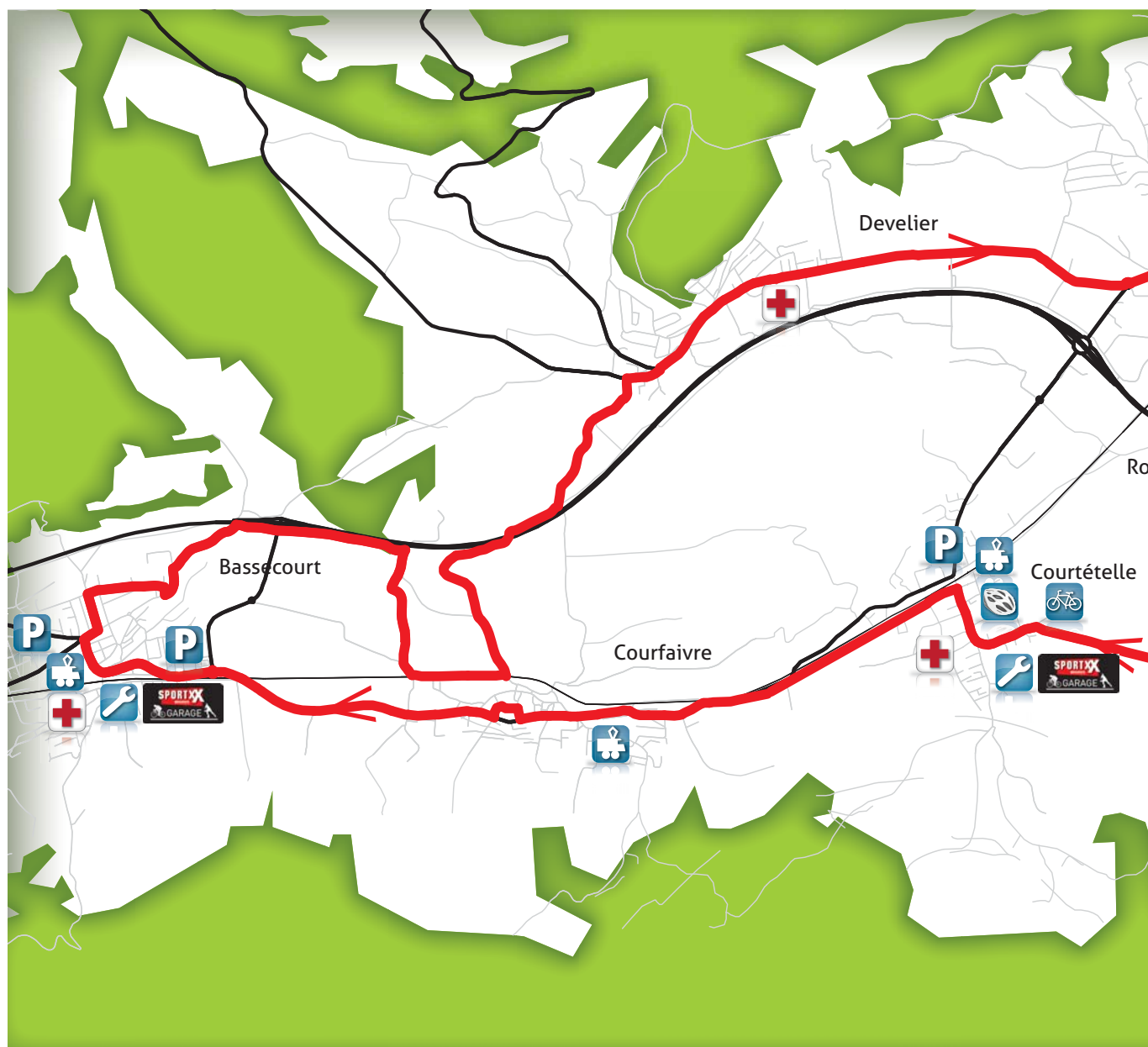
Gonflage de voiles de parapente, gymkhana de tracteurs pour enfants, château gonflable, place de pétanque, mur de grimpe, démonstration d'aéromodélisme, concerts, présentation du village et de ses sociétés, exposition consacrée aux randonnées pédestres ViaJura «Voyage à travers les siècles» et ViaJura Regio «Sur le chemin des Princes-Evêques», poste-concours de notre partenaire CSS Assurance, boissons et restauration.

Menu D-Li vert, le nouveau label de 

Sociétés locales: jambon, salade de pommes de terre, salade verte et carottes, raisin, eau, 13 fr.

Parcours 2009

Longueur du parcours: 34 km



Parking



Informations



SportXX Garage: réparation de vélos



Samaritains



Réglage du casque



CFF

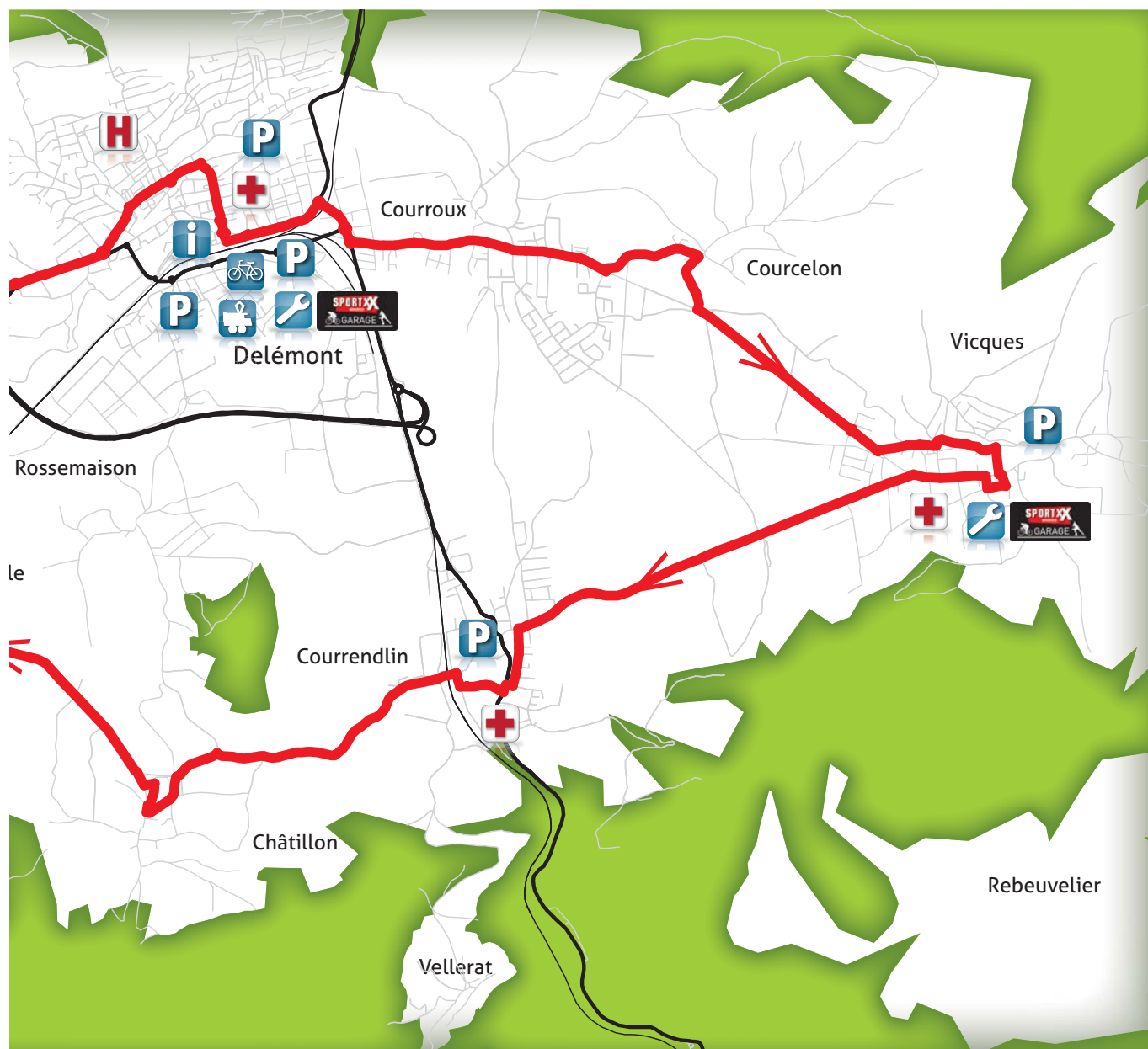


Hôpital



Location de vélos





E C A • J U R A
ÉTABLISSEMENT CANTONAL D'ASSURANCE
IMMOBILIÈRE ET DE PRÉVENTION



SERVICES INDUSTRIELS

Votre distributeur d'électricité et d'eau
Service de piquet 24h/24 et 7j/7
Tél. 032 421 92 00

**ÉNERGÉTIQUEMENT
VÔTRE**

1to1





Jusqu'à
Fr. 10'000.-
d'économies

Nouveau !

L'hypothèque JuraFamille – Le prêt hypothécaire BCJ pour tous les couples avec ou sans enfant. Economisez jusqu'à Fr. 10'000.- la première année. Renseignements sur www.bcj.ch ou par téléphone au 032 465 13 01.

JuraFamille
Hypothèque  **BCJ**



www.courrendlin.ch

Courrendlin

Situé à la sortie des Gorges de Moutier, Courrendlin est un passage obligatoire pour qui souhaite se rendre dans le Jura depuis le Jura bernois. Au-delà de la route cantonale très fréquentée par les véhicules en transit, le village de Courrendlin vit et bouge au quotidien!

Qui veut s'arrêter et se lancer à la découverte de la localité trouvera entre autres des quartiers paisibles, des zones vertes conviviales, des terrains à bâtir, des installations scolaires et sportives, des monuments historiques tels que l'Eglise Saint-Barthélémy, la Tour de la Chapelle et, après une petite randonnée, le site naturel des Rochers du Midi.

Les habitants du lieu, les Courregelles et les Courengeaux, aiment leur village tout simplement parce que l'on s'y sent bien! Ils espèrent que les nombreux visiteurs du slowUp Jura auront plaisir à découvrir la localité et à s'y arrêter pour profiter des animations et cantines préparées à leur intention.

Animations:

Démonstration de chiens d'assistance (Le Copain), démonstration et initiation au bicross, tyrolienne de 70 mètres, jeux humoristiques pour adultes et enfants, concerts, stands Promotion Santé Suisse, Juragenda21, Fondation O2, poste-concours de notre partenaire CSS Assurance, boissons et restauration.

Menus D-Li vert, le nouveau label de

Ecole secondaire: sandwich pain complet aux céréales, viande séchée ou fromage ou jambon, assiette de fruits, thé ou eau, 7 fr.

Sociétés réunies de Rebeuvelier: contre-filet de porc suisse frotté aux épices, fromage frais aux herbes, composition de légumes mijotés, légumineuses et céréales servies en salade de basilic, fruit, jus de pommes, 14 fr.



www.chatillon.ch

Châtillon

Situé à 5 km au sud de la capitale Delémont, Châtillon a porté plusieurs noms, mais il n'a jamais changé d'identité – il apparaît au Moyen Age, en 1148.

Il se dit Châtillon, mon village. Nom qui fleurit bon la Gaule, ses traditions et son langage. De la vallée, il a préféré le flanc, ombragé quand il le faut, baigné d'un soleil généreux quand il le demande, jusqu'à son coucher lointain. D'un côté et de l'autre, le «P'tit Rocher» et le Montchaibeux veillent. Regarde-le bien, émergeant du brouillard. A l'image du vieux chêne, fidèle et immortel compagnon, il demeure tel qu'en lui-même, fixe au rendez-vous, rescapé et conquérant de l'espace verdoyant. Il n'est pas que pierres et champs, forêts et biefs. Il est hommes, femmes et enfants, les «Voéchats» (les sales gamins), 430 aujourd'hui, dont la moyenne d'âge est de 38 ans.

La vie associative, culturelle et sportive s'articule autour d'une dizaine de sociétés. Son patrimoine – la chapelle avec ses vitraux d'Edgar Voirol qui baignent d'une douce lumière les dernières œuvres du peintre jurassien André Brêchet, ainsi que le célèbre chêne des Bosses – attire de nombreux visiteurs. Village tourné vers l'avenir, Châtillon offre une qualité de vie exceptionnelle, avec son centre au charme ancien et ses nouvelles zones résidentielles modernes.

Animations:

Parc animaux, jeux pour petits et grands, produits du terroir, projections, concerts, boissons et restauration.

Menu D-Li vert, le nouveau label de

Commune et sociétés locales: spaghettis sauce tomate ou bolognaise, brochette de volaille, salade de carottes, pain, eau, 14 fr. (demi-portion 8 fr.).

**OFFRES
SPÉCIALES**
«Découverte»

032 421 18 00
www.lqj.ch

Une information régionale de qualité est indispensable à une compréhension du monde à plus large échelle. Découvrez la nouvelle formule du *Quotidien Jurassien* en kiosque, sur www.lqj.ch ou profitez de nos offres promotionnelles d'abonnement.

**Le monde commence
chez vous.**





www.courtetelle.ch

Courtételle

Courtételle bénéficie de la qualité de vie de la campagne. C'est une localité accueillante, active et conviviale. Les nouveaux habitants tissent rapidement des liens d'amitié avec la population.

Il n'y a pas moins de 23 sociétés au village qui offrent de nombreuses activités tout au long de l'année. La fête du village se déroule le dernier week-end de septembre. Organisée par les sociétés locales, elle est le témoin direct d'une ambiance particulièrement chaleureuse.

Courtételle, situé à 3 km de Delémont, est un centre d'intérêt toujours plus important. Les habitants bénéficient des avantages qu'offre cette proximité, notamment piscine, patinoire, ludothèque, bibliothèque, cinémas. Les amoureux de la nature y trouvent la tranquillité de ses pâturages et de ses forêts. De nombreuses places de pique-nique sont à leur disposition, dont la cabane de Sacy et son étang qui connaissent un grand succès. Pour les sportifs, on y trouve notamment parcours VTT, centre sportif et courts de tennis.

Animations:

Ferme vivante, clown, grimage, gymkhana vélo et tricycle, tours en poney et en calèche, concerts, produits du terroir, poste-concours de notre partenaire CSS Assurance, réglage des casques par notre partenaire SUVA, boissons et restauration.

Menu D-Li vert, le nouveau label 

Sociétés locales: risotto, grillade, salade mêlée, eau, 11 fr. (saucisse) ou 14 fr. (côtelette).



www.courfaivre.ch

Courfaivre

Courfaivre se situe dans la Vallée de Delémont et compte environ 1550 habitants, surnommés les «Mergats». Situé à 5 minutes de la Transjurane, il est aussi desservi par le rail. Une piste cyclable traverse le village et permet de belles balades en famille. Courfaivre compte plusieurs commerces et entreprises, dont Condor, spécialisée actuellement dans les pièces pour l'aviation.

Lors de sa rénovation en 1954, l'église du village s'est enrichie de magnifiques vitraux signés Fernand Léger et d'une tapisserie de Jean Lurçat.

A Courfaivre, la détente est de mise. Le village se distingue par la richesse de son patrimoine et de son passé archéologique, ses nombreuses sociétés, mais surtout un cadre de vie agréable et un environnement tourné vers la nature.

Animations:

Démonstration et vol biplace en delta, montgolfière (vol captif), gymkhanas tracteurs (enfants) et vélos (adultes), jeux, fléchettes, concours de dessin, musique, boissons et restauration.

Menus D-Li vert, le nouveau label de 

Accordéonistes Les Gais Minets: grillade volaille ou saucisse à rôtir de veau, salade mêlée (5 sortes), pain complet, eau, 12 fr.

FSG Courfaivre: lasagnes maison, salade mêlée, pomme, eau, 13 fr. (enfants 7 fr.).

AJMIR (Association jurassienne des malades insuffisants rénaux): steak de porc sauce aux champignons, petits pois / carottes, frites, fruit, eau, 14 fr.

5870 articles slowUp pour rester en forme.



Inhalte Form

44 SportXX en Suisse.
www.sportxx.ch

SPORTXX
MIGROS

L'univers du sport



www.bassecourt.ch

Bassecourt

Localité qui compte environ 3350 habitants, troisième agglomération de la République et Canton du Jura, Bassecourt et son hameau Berlincourt offrent un cadre de vie agréable et évolutif tout en alliant tradition et modernité.

Solidement implanté au point de rencontre des trois districts jurassiens, le village est aussi connu pour son industrie performante, son artisanat de qualité et un commerce local attractif et dynamique. En plus des infrastructures scolaires, une trentaine de sociétés locales sportives et culturelles assurent une vie associative intense. S'ajoutent à cela une crèche-garderie et un home médicalisé.

Bassecourt offre tous les atouts d'une petite ville, mais veille à garder son âme de village.

Animations:



Festival (www.lesrues.ch), artistes de rues, concerts, marché artisanal et produits du terroir, 5 quartiers à thèmes touristiques (concerts, décorations, etc.), manèges, jeux, poste-concours de notre partenaire CSS Assurance, boissons et restauration.

Menus D-LI VERT, le nouveau label

Boucherie traiteur Kottelat: jambon braisé à la cubaine, gratin dauphinois, assiette de salades, pain noir, eau, 15 fr.

Restaurant Le Suisse: paella, buffet de salades, eau ou jus de fruit, 23 fr.



www.develier.ch

Develier

Sur la route des Rangiers, à moins de 5 km de sa grande voisine Delémont, Develier a les atouts d'une petite localité dynamique. Depuis 1960, sa population a presque doublé pour atteindre plus de 1300 habitants. Son tissu économique est riche de nombreuses petites et moyennes entreprises actives dans des domaines variés comme le bâtiment, l'automobile, l'agriculture ou le décolletage.

Sport, culture, entraide: les sociétés du village favorisent une attrayante vie associative. Les sportifs sont comblés avec le centre aménagé en 1994 à l'entrée est de la localité, comme les amoureux de la nature avec plus de 1000 ha de forêts et d'espaces verts.

Develier abrite un musée extraordinaire: le Musée Chappuis-Fähndrich, qui présente une collection complète d'objets du passé, témoins de la vie de tous les jours. L'église paroissiale est ornée de vitraux de l'artiste français Roger Bissière alors qu'à l'orée du Bois de Grand Cré une communauté de carmélites occupe le monastère construit en 1978.

La commune, bien desservie par les transports publics, présente sur ses armoiries un lion, mais ce fut longtemps un escargot, amusant sobriquet de ses habitants.

Animations:

Gymkhana, circuit de kart à pédales (adultes), maquillage pour enfants, jeux, trampolines, vélos désarticulés, démonstration de vélos électriques, musique, poste-concours de notre partenaire CSS Assurance, produits du terroir, boissons et restauration.

Menus D-LI VERT, le nouveau label de

Groupe d'entraide de Develier (GED): jambon, salade mêlée, pain complet, eau, 13 fr. (enfants 7 fr.).

Restaurant du Raisin: émincé de volaille aux légumes à l'indienne, riz, eau, 17 fr.



Just do it. Bouger chaque jour et avoir une alimentation équilibrée avec des fruits, des légumes et des produits sains donne de l'énergie et de l'endurance, non seulement pour le sport, mais aussi à l'école et au travail. Pour un poids corporel sain: www.promotionsante.ch



SlowUp

www.slowUp.ch



MIGROS

SPORTXX
MIGROS



Réservez les dates des slowUp

07.06.09 Valais
21.06.09 Hochrhein
28.06.09 Jura
05.07.09 Vallée de Joux
12.07.09 Gruyère
02.08.09 Fêtes de Genève
23.08.09 Sempachersee
30.08.09 Bodensee Schweiz
06.09.09 Mountain Albula
13.09.09 Emmental
20.09.09 Bâle–Dreiland
27.09.09 Zürichsee
25.04.10 Murtensee
02.05.10 Werdenberg–Liechtenstein
30.05.10 Schaffhausen–Hegau

21

Le comité d'organisation

Présidente et responsable sponsoring: Patricia Cattin
 Vice-président: Franz Caviezel
 Secrétaire et responsable animations: Cédric Cerf
 Coordination avec les communes: Henri Erard
 Responsables parcours et sécurité: Valer Petignat et Jean-Claude Salomon
 Promotion / Communication: Laurent Kleiber
 Médical: Joël Berret
 Finances: Jean-Claude Jolidon
 Hébergement: Philippe Flotiront / Jura Tourisme
 Membres: Pierre-Alain Berret, chef du Service cantonal de l'information; Lise Bindy, Jura Tourisme; Rosalie Beuret et Stéphanie Mertenat, Service de l'aménagement du territoire et Fondation O2



RJB **RTN** **RFJ**

**Au cœur de
l'évènement**

rjb.ch

rtn.ch

rfj.ch

INFORMATIONS PRATIQUES

Parcours ouvert à tous

Une boucle de 34 km, sur des routes principales fermées au trafic motorisé, est proposée de 10h à 17h aux amoureux de la mobilité douce, que ce soit à vélo, en roller ou à pied (les routes du parcours seront fermées à la circulation automobile entre 9h et 18h). Le parcours est à effectuer dans le sens des aiguilles d'une montre (voir carte). Les participants peuvent rejoindre ou quitter le parcours en tout point.

La manifestation est gratuite pour tous les participants grâce à l'engagement des sponsors, des partenaires et des communes de la région. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire. Le slowUp a lieu par n'importe quel temps.

Sécurité

Chacun est instamment prié de rester sur le parcours balisé pour ne pas gêner les autres usagers de la route. Seuls les véhicules de secours (ambulances, pompiers, police) ont le droit de circuler sur le parcours. Prière de respecter les directives données par les responsables de la sécurité.

Le port du casque est vivement recommandé.

Le code de la route doit être respecté. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de non-respect des règles.

Parcours accessible aux personnes handicapées

Le projet Andiamo! de l'organisation Procap propose, en collaboration avec le slowUp Jura, toute une série de prestations destinées aux personnes avec handicap telles que conseil et information, location de véhicules adaptés et service d'accompagnement. Procap sera présent avec Andiamo! au village d'accueil de Delémont, à quelques mètres à l'est de la gare CFF. C'est là que l'on trouvera les véhicules adaptés (places de parc spéciales en face du stand). Pour toute question ou urgence, le numéro 079 544 86 13 sera à disposition toute la journée du slowUp.

En cas de blessure

Les postes de samaritains se trouvent à Delémont, Vicques, Courrendlin, Courtételle, Bassecourt et Develier, de 10h à 17h.

Réparation de vélos

Les stations de réparation sont indiquées sur la carte (pages 12 et 13) avec l'inscription SportXX-Garage. La réparation est gratuite, seul le matériel doit être payé.

Enfants perdus

Nous vous recommandons de munir les enfants d'une carte mentionnant vos nom et numéro de portable afin de pouvoir vous atteindre rapidement durant le slowUp au cas où ils se perdraient. Si vous ne l'avez pas fait, vous trouverez des autocollants sur toutes les aires d'animation. Il vous suffira de remplir ce document et de le coller à l'intérieur du vêtement de votre enfant.

Que faire d'un enfant perdu?

L'amener au poste samaritain le plus proche sur le circuit, où il sera pris en charge (voir carte pages 12 et 13).

Que faire si vous avez perdu votre enfant?

Appeler la centrale d'alarme au n°117 et se conformer aux instructions de la police.

RFJ et RJB sont en direct et au cœur de l'événement !

Dès 10h Bon Dimanche sur RJB et RFJ

Dès 12h30 La Course en tête 2009 sur RFJ

RFJ récompense les meilleurs sportifs régionaux 2009. Sélectionnés puis choisis par Radio Fréquence Jura (RFJ), cette remise de prix vise à encourager les sportifs régionaux et mettre en

valeur leurs performances. Qui seront les élus de cette année? Réponse sur les ondes de RFJ le 28 juin dès 12h30...

Venez nous retrouver nombreux sur le parcours du slowUp au cœur du village de Bassecourt devant le restaurant de la Corona.

Jura Tourisme

Le bureau de Jura Tourisme, situé sur la place de la Gare, au cœur du village d'accueil, sera ouvert le dimanche 28 juin de 9h à 18h. Pour toute question touristique et d'hébergement: tél. 032 420 47 71 / delemont@juratourisme.ch / www.juratourisme.ch

Remerciements

Le comité d'organisation du slowUp Jura tient à remercier toutes les personnes qui participent au bon déroulement de la manifestation: les autorités de la région, le personnel médical et de la sécurité, les bénévoles, les participants qui veillent à la convivialité du slowUp, les animateurs des autres slowUp qui ont prodigué leurs bons conseils, ainsi que les automobilistes qui jouent le jeu de laisser leur voiture à la maison durant une journée.

Un merci spécial est adressé aux sponsors et partenaires sans lesquels cette fête de la mobilité douce ne serait pas possible.

Numéros de téléphone utiles

Urgences et enfants perdus: 117

Hôpital: 032 421 21 21

Médecin de garde: 0900 226 060

Pharmacie de service: Cattin-Ville, 032 4 232 232

Secrétariat central du slowUp Jura / infos générales: 032 420 47 94 (valable uniquement le dimanche 28 juin de 9h à 18h)



JURA RÉGION

CANTON DU JURA

LOISIRS ACTIFS



T. +41 (0)32 420 47 71
www.juratourisme.ch

PASSIONNÉMENT SUISSE



Bon pour le cœur, bon pour le moral. Migros soutient la mobilité douce dans toute la Suisse et contribue ainsi à ce que vous puissiez profiter sereinement de la nature. Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir lors du slowUp Jura.

MIGROS
M comme Meilleur.

Tellement CSS:
Du ressort pour votre santé.



Jusqu'à 500 francs par
année grâce au compte
«santé».

Vous obtiendrez plus d'informations auprès de votre
agence CSS. www.css.ch/agence

La CSS Assurance est sponsor national principal
de slowUp.



CSS

Assurance