

VOTRE VIE QUOTIDIENNE

# **SORTIES**

*RESTO*

*BAR*

*CLUB*





## UN MOT SUR VOS SORTIES

- Restos, bars, boîtes, vous savez certainement mieux que nous les endroits les plus en vogue dans votre ville. Surtout que les lieux banchés évoluent vite ! Les quelques lieux que l'on vous présente devraient en faire partie : c'est vous qui nous les avez conseillés !

Notre objectif est double :

- Vous donner **quelques idées** au moment où vous vous installez dans une nouvelle ville (que ce soit pour l'année ou pour quelques semaines) ;
- Vous montrer **ce qui existe près chez vous & ailleurs**. Les endroits que nous avons choisis sont « exemplaires » : ils illustrent quelques initiatives prises ici ou là, qui nous ont parues dignes de figurer ici en tant que références.

N'hésitez pas à nous faire part de vos expériences et à contacter la rédaction pour des commentaires et des suggestions (vous trouverez les coordonnées sur [www.smbg.fr](http://www.smbg.fr)), en vue de la prochaine édition du guide.

### ■ Info santé

Voilà 3 conseils de l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) pour éviter les risques dus à une consommation excessive d'alcool :

- Pas plus de 4 verres standard en une seule occasion ;
- Pour les femmes, pas plus de 2 verres standard par jour, pour les hommes, pas plus de 3 ;
- Au moins un jour par semaine sans alcool ;

Verres standard : un ballon de vin, un demi de bière, un pastis, un kir, un baby de whisky...

*A noter : il faut 5 heures pour éliminer pour éliminer 0,6 grammes d'alcool par litre de sang (2 ou 3 verres).*

### ■ Statistiques sur les accidents de la route

**«1 victime de la route sur 4 a moins de 25 ans»**

La moitié des décès de jeunes dans un accident de la route se produit durant les week-ends et jours fériés. Une grande partie de ces accidents surviennent la nuit à l'occasion de déplacements festifs : alcool, vitesse, fatigue, défaut de ceinture mais aussi inexpérience et passagers nombreux sont les facteurs comportementaux les plus fréquemment rencontrés.

Pour plus d'information se reporter à [www.preventionroutiere.asso.fr](http://www.preventionroutiere.asso.fr)



<b>Chez René Socca</b>	2 rue Miralheti 06300 Nice 04 93 92 05 73	<i>Au cœur du Vieux Nice, découvrez la cuisine typique niçoise avec la fameuse socca (fine galette de pois chiche cuite au four) qui réglera vos papilles pour seulement 2 €.</i>
<b>O Brady's Irish Pub</b>	378 avenue de Mazargues 13008 Marseille 04 91 71 53 71	<i>Depuis son ouverture en 1996, le premier pub de Marseille, l'O'Brady's a su distiller une ambiance sportive tant par la décoration que par l'atmosphère même grâce aux nombreuses retransmissions sportives offertes par le lieu.</i>
<b>Le Tapalocas</b>	10 rue Galante 84000 Avignon 04 90 82 56 84	<i>Comme son nom le suggère, la spécialité de ce resto est bien sûr les tapas à l'espagnole. Vous n'aurez que l'embarras du choix face aux multiples tapas, tout ceci dans un cadre assez underground.</i>
<b>L'Orienthé</b>	5 rue Félibre Caut 13100 Aix-en-Provence	<i>L'Orienthé est une véritable invitation à l'éveil des sens. Premier salon de thé indien installé à Aix, ce salons de thé enivrera vos sens grâce aux chichas, aux encens mais également aux pâtisseries orientales.</i>
<b>Le Mélo Café</b>	68, Cours Julien 13006 Marseille 04 91 42 77 68	<i>Ce bar à la décoration originale vous fera déguster une cuisine de qualité au gré de soirées musicales à thèmes.</i>
<b>Le Shambhala</b>	40, Rue des 3 frères Barthélémy 13006 Marseille 04 91 47 68 03	<i>Atmosphère reposante du Shambhala vous transportera à la découverte des thés du monde entier, au sein d'une décoration d'inspiration berbère et hors de toute intoxication due à la fumée.</i>
<b>Kim-Do</b>	4, Rue Capazza 13004 Marseille 04 91 34 00 08	<i>Auparavant tourné vers la cuisine vietnamienne, ce restaurant a parfaitement réussi sa reconversion vers les plats typiquement japonais pour vous apporter l'essentiel de cette cuisine lointaine.</i>
<b>Le Barberousse</b>	6, Rue Boussairolles 34000 Montpellier 04 67 58 03 66	<i>La spécialité du Barberousse, c'est le Rhum ! En effet, près de 80 saveurs différentes sont proposées dans ce lieu où le bois règne en maître.</i>



## VIE QUOTIDIENNE

### Sorties

<b>Une table, Au Sud</b>	2 quai du Port 13002 Marseille 08 26 10 09 27	<i>Un restaurant de prestige donnant sur le vieux port , une cuisine mariant à merveille les saveurs du monde, un chef qui a fait école chez Alain Ducasse... que dire de plus ?</i>
<b>L'abreuvoir</b>	Rue de la Petite Loge 34000 Montpellier	<i>Non loin de la Place Jean Jaurès, l'Abreuvoir est un café généraliste qui conviendra aussi bien aux amateurs de salsa, électro, rock... Tout ceci dans une ambiance bonne enfant.</i>
<b>L'île de Boularo</b>	21, Boulevard Stalingrad 06300 Nice 04 93 07 62 39	<i>Dans un décor inspiré d'une hacienda, le choix des viandes et des grillades proposées par ce restaurant est pléthorique. A faire entre amis !</i>
<b>O'Shannon</b>	3, Rue de l'Incendie 66000 Perpignan 04 68 35 12 48	<i>Ce pub irlandais affiche hiver comme été complet, ce qui vous contraindra à venir le plus tôt possible, mais une ambiance typiquement irlandaise.</i>
<b>Pelican's Station</b>	3, Rue de la Préfecture 06300 Nice 04 93 85 58 48	<i>Au milieu d'un environnement rappelant la Nouvelle Orléans, ce restaurant propose une carte très variée avec cependant un dénominateur commun : le canard.</i>
<b>F Café</b>	74, Place des Corps saints 84000 Avignon 04 90 85 30 63	<i>Ce bar branché de la cité avignonnaise vous amènera l'été au bord de sa superbe terrasse, juste avant de rentrer pour y danser juste avant de finir la soirée en boîte.</i>
<b>Le 22 Septembre</b>	3, Rue Centrale 06300 Nice 04 93 80 87 90	<i>Sur un air de Brassens, ce restaurant inconnu des touristes est un repaire d'étudiants amateurs de cuisine traditionnelle.</i>
<b>L'Utopia Bar</b>	4, Rue Escaliers Ste-Anne 84000 Avignon 04 90 27 04 96	<i>Pour qui veut donner une tonalité culturelle à son périple en terre avignonnaise, l'Utopia Bar constitue un passage obligé avant ou après une séance à l'Utopia, devant des animations souvent jazzy ou piano bar.</i>



<b>Le Cha-Aya</b>	4, Rue Louis Pasteur 84000 Avignon 04 32 76 32 08	<i>Placé sous le signe des saveurs du monde, ce restaurant aux décors raffinés et exotiques d'Indonésie sera pour vous un moment privilégié d'évasion.</i>
<b>L'escalier</b>	10 Rue de la Terrasse 06300 Nice 04 93 92 64 39	<i>On vient souvent à l'escalier pour jouer au billard, pour le DJ résident, ou bien pour l'ambiance entre-soi et conviviale de ce petit bar installé dans le vieux Nice.</i>
<b>Le Gastro</b>	15, Rue Jean Payra, 66000 Perpignan 04 68 35 19 38	<i>Entre un pavé de requin ou un steak d'autruche, le Gastro donne dans l'originalité, surtout pour 13.50€.</i>
<b>Auberge Provençale</b>	10, Rue St Antoine 06400 Cannes 04 92 99 27 17	<i>C'est en 1860 qu'Alexandre Bouttau (1843-1908), propriétaire récoltant du fameux vin de Bellet, a créé l'Auberge Provençale. Vous serez séduit par ses spécialités et son décor campagnard qui perpétue la tradition de ce lieu plein d'histoire et d'artistes...</i>
<b>Le Restaurant Arménien</b>	82, Boulevard de la Croisette 06400 Cannes 04 93 94 00 58	<i>Ce restaurant, situé sur la Croisette, a été plusieurs classé 1er restau de spécialités Arméniennes dans les Guides Nationaux &amp; Internationaux ! Autant vous dire que vous ne serez pas déçus !</i>
<b>Chez Astoux</b>	43, Rue Félix Faure 06400 Cannes 04 93 99 45 47	<i>C'est à quelques pas de la Croisette et du Palais des Festivals, que ce Restaurant vous propose le meilleur de la mer. Face au marché aux fleurs, le Astoux vous accueille sur 3 salles, dont une salle privée de 40 couverts !</i>
<b>Le Grand Latin</b>	27, Rue Sainte 13001 Marseille 04 91 54 08 27	<i>Célèbre pour ses spécialités italiennes, ce restau vous accueille dans une déco aux allures contemporaines, ponctuée de toiles d'inspiration culinaire et ouvrant sur des cuisines où s'active une foule de marmitons. Laissez-vous donc tenter par le saltimbocca à la romaine et le tiramisu !</i>
<b>Le Miramar</b>	12 Quai du Port 13002 Marseille 04 91 91 10 40	<i>Il est vrai que les prix de la carte du Miramar ne correspond pas tout à fait aux bourses étudiantes.. Mais nous avons tenu à vous le recommander d'autant que celui-ci vous propose, une fois par mois, des cours ! Venez donc apprendre à faire la bouillabaisse auprès d'un cuisinier professionnel !</i>



## VIE QUOTIDIENNE

### Sorties

<b>Le Terrier</b>	8, Rue Liandier 13008 Marseille 04 96 20 27 84	<i>Bénéficiant d'une clientèle d'habituels, ce restauro est ouvert uniquement le midi en semaine et propose, dans un décor sobre, une cuisine française traditionnelle ponctuée de notes provençales : Avis aux artistes : le restaurant expose tableaux, photos, et ouvre sa porte aux nouveaux talents !</i>
<b>La Part des Anges</b>	57 rue Lamalgue 83000 Toulon 04 94 03 06 31	<i>Venez découvrir ce « before », point de RDV de la jeunesse toulonnaise. La décoration, particulièrement originale, vous pousse à choisir entre le Bien et le Mal : au premier étage, un petit coin de paradis, peuplé d'anges et de séraphins, se présente comme une alternative à l'ambiance diabolique du rez-de-chaussée, qui accueille dans la bonne humeur les âmes égarées.</i>
<b>L'Ubu</b>	40, place Rigaud 66000 Perpignan 04 68 34 27 74	<i>L'Ubu est un café littéraire pas tout à fait comme les autres car, au-delà des traditionnelles soirées consacrées à la poésie contemporaine, l'Ubu vous propose des débats sur les sujets les plus divers, des soirées jazz, flamenco ou théâtre etc. Pour faire marcher vos méninges, une citation est donnée chaque jour... et celui qui en trouve l'auteur est récompensé par une surprise !</i>
<b>Le Borsalino</b>	7, Rue Des Trois Rois 13006 Marseille 06 83 89 19 04	<i>Ici, la spécialité, c'est la pizza au feu de bois. Outre les « margarita » et autres « reine », vous mangerez également des fetuccine aux noix de Saint-Jacques, des lasagnes au saumon et aux poireaux, etc. Ici, on vient généralement pour passer une soirée entière, « de l'apéro au digeo ». Les murs en pierres, les poutres apparentes et une lumière douce composent le cadre, très agréable !</i>
<b>Le Petit Nice</b>	Corniche Kennedy - Anse de Maldormé 13007 Marseille 04 91 59 25 92	<i>Ici, honneur est faite à la cuisine phocéenne, et ce dans un cadre enchanteur qui offre une vue imprenable sur les îles proches. Ce restaurant gastronomique, l'un des plus renommés de la cité, serez combler vos attentes pour « sorties évènements ».</i>



<b>Le Yen</b>	60, Avenue du Prado 13008 Marseille 08 26 10 09 56	<i>Cet immense restau japonais vous accueille dans une déco contemporaine où s'entremêlent différents espaces, bassins et grandes tables de bois foncé. La cuisine est quant à elle généreuse, pleine de saveurs, de finesse et invite à la découverte. Pensez à réserver !</i>
<b>Simply Food</b>	1140, Rue André Ampère 13290 Aix-en-Provence 04 42 39 74 55	<i>Cette saladerie-sandwicherie tendance surfe sur la vague diététique pour vous proposer une pause déjeuner des plus saines dans un décor très épuré.</i>
<b>Kyo Sushi</b>	500 rue Berthelot 13290 Aix-en-Provence 06 50 01 50 50	<i>Dans une ville où pléthore de restaurant japonais ont éclot ces derniers mois, Kyo Sushi a su proposer des sushis de qualité avec un excellent choix de carte.</i>
<b>Le Pundjab</b>	2, Avenue Palais Expositions 66000 Perpignan 04 68 50 94 22	<i>Ce restaurant indien ne fait pas dans la demi-mesure niveau décor, mais fournit également d'excellents plats ainsi qu'un excellent accueil pour 9.50€ le midi.</i>
<b>Dar Nejma</b>	15 Cours Julien 13005 Marseille 04 91 48 55 36	<i>Couscous, tajines, hariras et pastillas : toutes les spécialités traditionnelles marocaines sont ici présentes ,sans oublier les succulentes pâtisseries orientales.</i>
<b>L'Assiette Antillaise</b>	6 rue Mandajors 30100 Alès 04 66 52 74 89	<i>Une invitation au voyage à moindres frais, des fruits de mer en abondance, de nombreux cocktails antillais, un personnel chaleureux, une assiette antillaise très copieuse... Que demander de plus ?</i>
<b>Les Artistes</b>	22 rue Etoile 30000 Nîmes 04 66 36 78 82	<i>Avec un excellent rapport qualité/prix, ce petit restaurant a tout pour vous séduire (qualité et quantité des plats, déco et ambiance birc-à-brac...)</i>
<b>Volver</b>	17 rue Gubernatis 06000 Nice 04 93 62 81 49	<i>A l'origine resto italien, ce restaurant est passé aux spécialités espagnoles, et c'est réussi puisque la qualité des tapas et au rendez-vous tout comme l'ambiance, et cela donne envie d'y revenir.</i>
<b>La Sarrazine</b>	4 rue Ste Eugénie 30000 Nîmes 04 66 84 57 14	<i>Cette crêperie fait honneur à son chef tant l'ambiance y est feutrée et la qualité des galettes et des salades y est soignée et ce pour un prix abordable.</i>