

enRoute

 AIR CANADA

YOURS TO KEEP
CE MAGAZINE EST À VOUS

INSIDE

*The \$30,000 hotel mattress
of your dreams*

DANS NOS PAGES

*Le matelas d'hôtel à 30 000 \$
dont vous avez toujours rêvé*

**WALK THIS WAY:
LONDON IN 11,000 STEPS**

LHR

**EN AVANT, MARCHÉ:
LONDRES EN 11 000 PAS**

APRIL
AVRIL

2018

ENROUTE.AIRCANADA.COM

**LABOUR
AND
WAIT**

FUNCTIONAL
PRODUCTS FOR
HOUSEHOLD
KITCHEN AND
GARDEN

SINCE 2000

OPEN

A STAR ALLIANCE MEMBER
MEMBRE DU RÉSEAU STAR ALLIANCE 

The Big Snooze

Le gros dodo



8 WAYS CANADIAN HOTELS ARE HELPING YOU SLEEP BETTER.
8 SOURCES DE REPOS DANS DES HÔTELS CANADIENS.

BY / PAR ANDREW BRAITHWAITE
ILLUSTRATIONS BY / DE SERGIO MEMBRILLAS

6 Aromatherapy Aromathérapie

Augustinian nuns arrived in Quebec City in 1639 and brought along centuries of apothecaries' knowledge that still suffuses the quarters of this converted monastery with anise, thuja and cardamom.

Le Monastère des Augustines's Regeneration stay features in-room diffusers filled with fragrant oils, like the "good night" formula with soothing sandalwood and green mandarin zest, which the hotel's herbalist says has a slight hypnotic effect. For an at-home sister act, pick up essential oils in the gift shop inspired by the nuns' original formulas. • Les Augustines sont arrivées au Québec en 1639 avec un savoir d'apothicaire acquis au fil des siècles; pas étonnant, donc, que les chambres reconverties du **Monastère des Augustines** flairent encore l'anis, le thuja et la cardamome. Le séjour Régénération comprend un diffuseur d'huiles essentielles et des mélanges comme « Bonne nuit », qui combine bois de santal apaisant et zeste de mandarine verte, auquel l'herboriste de l'hôtel prête un léger effet hypnotique. Pour reproduire le tout chez vous, achetez à la boutique des huiles inspirées des formules originales des religieuses.



Le Monastère des Augustines, Québec 77, RUE DES REMPARTS, MONASTERE.CA

Sleep Smarts / Sommeil intelligent

THREE STAFF-TESTED GADGETS TO GET YOUR Z'S ON THE ROAD. / TROIS ARTICLES TESTÉS PAR NOS RÉDACTEURS POUR MIEUX FERMER L'ŒIL EN VOYAGE.



Punkt AC 01
AC 01 de Punkt

"This alarm clock turns any bedside table into a cell-free zone, so I don't wake up and scroll mindlessly through thousands of Instagram pugs before getting out of bed." / « Ce réveil a épuré ma table de chevet: dorénavant, la première chose que je fais le matin n'est plus de regarder des milliers de pugs sur Instagram. »

— Caitlin Walsh Miller,
senior editor / rédactrice principale
US\$185 / 185 \$US. PUNKT.CH



Dodow Insomnia Aid
Aide-sommeil Dodow

"I synched up my breath with the device's pulsating blue light, and the next thing I knew, it was 6 a.m. and my alarm was going off." / « J'ai synchronisé ma respiration avec la pulsation de lumière bleue de l'appareil. Sans que je m'en rende compte, il était 6 h et mon réveil sonnait. »

— Stéphanie Mercier Voyer,
acting digital editor / rédactrice, contenu
numérique (par intérim)
\$79 / 79 \$. MYDODOW.COM



Smart Nora Snoring Solution
Solution aux ronflements Smart Nora

"When it hears snoring, the device lifts my pillow and clears my airways, to my boyfriend's delight. Our nights have become the right kind of snooze fest." / « Lorsqu'il perçoit un ronflement, le dispositif élève mon oreiller pour dégager mes voies respiratoires, ce qui enchante mon copain. Pas de doute: nos nuits ne sont plus ronflantes. »

— Jean-François Légaré,
editor-in-chief / rédacteur en chef
US\$299 / 299 \$US. SMARTNORA.COM