



Ребята, а чтоб вы  
спокойно спали ночью я  
предлагаю вам  
Сделать аромаподушечку



Заполните подушечку  
семенами льна и добавьте  
по три столовые ложки  
ароматических трав: чабрец,  
лаванды и ромашки. Завяжи  
мешочек веревочкой и  
подушечка готова!

**Вам понадобится:**  
Хлопковый мешочек  
Семена льна  
Три ложки высушенного  
чабреца, лаванды,  
ромашки

