**😌 Kategorija: Stres & san**

**9️⃣ 🕯️ Recept: Aromatična svijeća s lavandom**

**Opis:**  
Izrada vlastite svijeće s lavandom stvara mirnu atmosferu, umanjuje stres i pomaže u stvaranju rituala spavanja. Idealan dodatak uz toplu kupku ili čaj.

**🧪 Sastojci:**

* 100 g prirodnog sojinog voska
* 10–15 kapi eteričnog ulja lavande
* Staklena teglica (za svijeću)
* Fitilj i držač
* (Opcionalno) suhi cvjetovi lavande

**🧑‍🍳 Priprema:**

1. Otopi vosak na pari.
2. Ukloni s vatre i dodaj eterično ulje (i suhi cvijet po želji).
3. Postavi fitilj u sredinu teglice i pričvrsti.
4. Ulij vosak i ostavi da se ohladi 24 sata.
5. Skrati fitilj na 0,5 cm prije paljenja.

**✅ Savjet za korištenje:**

Upali svijeću 30 minuta prije spavanja dok se opuštaš. Ne koristi dok spavaš. Možeš napraviti više manjih svijeća za različite prostore u kući.