



DNEVNIK ČISTILKE ČEVLJEV

Miša Gams je brezposelna magistrica znanosti, ki na cesti s čiščenjem čevljev in svetovanjem iz run opozarja, v kako hlapčevski državi živimo.

## V novo leto z zadolženostjo in »zadolžitvami«

Novo leto je naokoli – marsikdo se je z nakupom daril zadolžil ali pa svoj že obstoječi dolg, povezan z nepremičnino, avtom, počitnicami ali izobraževanjem, razteguje v novo leto. Proizvodnja zadolženega človeka je v neoliberalnem kapitalizmu tista osnovna os, okrog katere se vrtijo vsa druga družbena razmerja. Odnos upnik – dolжник pa ne zadeva le trenutnega prebivalstva, temveč tudi prihodnje rodove. Maurizio Lazzarato v knjigi Proizvajanje zadolženega človeka ob ugotovitvi ekonomistov, da se vsak francoski novorojenček rodi z 22.000 evri dolga, zapiše: Če smo bili v preteklosti dolžniki skupnosti, bogov, prednikov, smo odslej dolžniki »boga« Kapitala. Absurd današnje družbe pa je v tem, da se finančne elite, ki izkoriščajo najbolj revne in ranljive družbene sloje, poleg finančnega dolga v isti meri poslužujejo tudi tehnik, ki pri človeku vzbujajo občutek »eksistencialnega« dolga in slabe vesti v smislu: Sami ste krivi, ker se niste dovolj potrudili, da bi si poiskali službo; sami ste krivi, ker niste rojen podjetnik in ker si ne morete na račun drugega prigrebsti dodatnega premoženja; sami ste krivi, če ste predebeli in ne morete konkurirati vitkejšim in varčnejšim članom družbe ... Zato so januarski izvodi revij polni načinov in receptov za čim hitrejšo hujšanje, saj je slaba vest zaradi decembrskih požrtij toliko večja ... Zato se vam lahko zgodi, da vam frizer ali kozmetičarka predlagata, da vzamete kredit, da si boste lahko s posebno kremo privoščili mladostnejši obraz in gostejše lase. Prav to se je zgodilo moji znanki, siromašni upokojenki. »Padla je na finto« in vzela poseben kredit za posebno kremo v vrednosti 1800 evrov, ki si je normalen smrtnik s 400 evri penzije v tem življenju ne more privoščiti. Ko je njena hčerka poizkusila vrniti še neuporabljeno kremo, ji je distributer zagotovil, da to ne bo možno, dokler ne bo odplačan zadnji obrok kredita.

Živimo v dvolični družbi – po eni strani se zmrdujemo nad mrhovinarskimi politiki, trgovci in tajkuni, po drugi strani pa pademo v vsako past, ki nam jo nastavijo, s tem ko ciljajo bodisi na naše želje bodisi na našo slabo vest. Če si želimo spremeniti sistem, v katerem živimo, moramo pogledati onstran črno-bele slike sveta, ki ga proizvajajo elite. Nesmiselno bi bilo od ljudi zahtevati, da se odrečejo svojim željam in kreditom, a moramo imeti v mislih, da je neoliberalni kapitalizem kot glivična okužba s kandido – če ji ne dovajamo »sladkorja«, slej ko prej propade. Brez zadolženih ljudi in držav ni ultimatov evrop-

ske centralne banke, raznih bonitetnih agencij in monetarnih skladov, brez dolga in odušičnih obrestni ne nazadnje ni sužnjelastniškega odnosa upnik – dolжник in sistema, ki nas pelje v razprodajo državnega in zasebnega premoženja ter nazadnje v razprodajo naravnih virov. Če nimamo zadolženega uma, nimamo razloga za slabo vest in odplačevanje takšnih ali drugačnih odpustkov. In če nimamo zadolženega telesa, ki ga zdravniki, farmacevti, mediji in akademiki prepričujejo, da mu do popolnosti in ideala vselej nekaj manjka, lahko končno zaživimo v sveti preproščini takšni, kot smo skupaj z napakami in hibami, ki nas bogatijo.

**Zadolženi delavec – podjetnik, ki tone v lastni greznici.** Že francoski sociolog Foucault je v prejšnjem stoletju pisal o neoliberalnih tehnikah, ki jih uvajajo elite, da bi preobrazile delavca v »človeški kapital«, ki mora sam sebi zagotavljati izobrazbo, rast, akumulacijo in povečevanje vrednosti sebe kot kapitala. Delavec je skozi 20. st. čedalje bolj izgubljal svojo osnovno funkcijo, ki jo je imel v kolektivni proizvodnji, ter postal čedalje bolj izoliran in marginaliziran član družbe. Elite, ki so jim delavski in študentski upori leta 1969 dali vetra, niso hotele ponoviti iste napake – tako študente kot delavce je bilo treba po najhitrejši poti izolirati, jih navdati z dolgom in občutki krivde, sindikate pa po politični poti degradirati. Naslednja stopnja, ki je k temu vodila, je bila poleg zadolževanja študentov (v ZDA si 80 odstotkov študentov, ki končajo magisterij iz prava, nakopiči okrog 77.000 dolarjev dolga, medtem ko medicinski specializanti investirajo kar 140.000 dolarjev v izobrazbo) vsesplošna prekarizacija delavcev oziroma novačenje delavcev za odpiranje samostojnih podjetij, da bi s pomočjo »zdrave konkurence« postali naravni sovražniki. Samostojni podjetniki kot tudi drugi delavci s pogodbami ter različnimi agencijami in servisi ne delujejo kot močna skupina, temveč razdrojeni posamezniki, ki nimajo ne časa, ne denarja, ne volje, da bi se borili za svoje pravice, ki jim jih delodajalci vsakodnevno tako vztrajno kršijo. Idealni člani neoliberalno ustrojene družbe so tudi zato, ker so se za pravičnejše priložnosti zadolžili, in marsikdo med njimi iz leto v leto čedalje bolj tone v živo blato med sabo povezanih dolgov, ki jim ni videti konca. Iz greznice, ki smo jo s svojo neodločnostjo pomagali ustvariti, se bomo lahko iztrgali le s pomočjo prebranih posameznikov in zaveznitva med sotrpini.



# Edini čudežni recept je zdravo življenje

**Kozmetiko v sodobnem svetu uporabljamo vsi. Nič čudnega torej, da je ponudba tako velika, kupimo jo lahko povsod, od lekarn do bencinskih servisov. A kako izbirati in kaj je treba pri tem upoštevati? Je dovolj prebrati le etiketo in verjeti, da so v izdelku naravne sestavine?**

Tekst: **STANE MAŽGON**  
Foto: **IZTOK DIMC**

**V**ideti je, kot da kozmetična industrija edina ni doživela recesije. Njenih oglašnih sporočil in izdelkov je čedalje več, od šampunov za svilene lase do krem za nego dojenčkov. Od čudežnih oglašnih obljub o neverjetnih učinkih glajenja gub do omembe sestavin, za katere še nikoli nismo slišali. V oglaših so pogosto omenjene kozmetično aktivne sestavine, to daje vtis, da je izdelke zagotovo dober. Pomislimo le na katerega od oglašev, v katerem s spretno animacijo prikazujejo kapljanje koristnih tekočin iz rastline v kremo. Ko si jo naneseš na kožo, podobno zgubanemu papirju, se, objublja z nazornim posnetkom, v trenutku spet zgleda in obraz je sijoč, popoln ter nasmejan.

**Strokovne informacije v obsežni knjigi.** Kdor je v dvomih, ima zdaj priložnost, da se temeljito izobrazi. Pred kratim je izšla knjiga z naslovom Sodobna kozmetika, sestavine naravnega izvora, ki jo brez zadržev lahko imenujemo temeljno delo. Napisalo jo je enajst avtorjev, med njimi je devet doktorjev znanosti, specialistov za različna področja. Urednika knjige sta dr. Nina Kočevar Glavač in dr. Damjan Janeš s Fakultete za farmacijo Univerze v Ljubljani, ki sta tudi kot avtorja opravila veliko delo. V knjigi je namreč na 917 straneh povzeto za celo knjižnico strokovne literature in člankov. Razdeljena je na 26 poglavij o naravnih sestavinah v kozmetiki.

V njej ni nasvetov in receptov za pripravo kozmetičnih izdelkov, temveč je to pregledna obsežna zbirka opisov ter podatkov o rastlinah, njihovih sestavinah, namenjena tako splošni kot strokovni javnosti. Tudi pogovor z obema farmacevtkima strokovnjakoma je predvsem opis njihovega dela in ugotovitev, čeprav smo ves čas odkrivali tudi uporabne nasvete. Predvsem je dragocena njuna razlaga, kaj moramo o sodobni kozmetiki vedeti in kaj upoštevati, kadar se zanjo odločamo, da ne bi nasledili lažnim obljubam o učinkih.

**•Kako razumeti sodobno kozmetiko? Smo žrtve multinacionalk, ki nam v želji po dobičku prodajajo lažne obljube v obliki kozmetičnih izdelkov z učinki, ki jih v resnici nimajo?**

**Kočevar Glavač:** Raje bi rekla tako: nekoliko smo zašli! Povprečen kozmetični izdelek vsebuje celo vrsto nepotrebnih sestavin, za katere ne vemo, zakaj so v njem. Mi menimo, da bi morala biti kozmetika nekaj preprostejšega. Kar je v njej, naj bo prijazno do naše kože. Če govorimo o kremi, mora biti takšna, da nam je čez nekaj mesecev ne bo razslojila, po drugi strani pa naj bodo sestavine takšne, da se razgradijo v snovi, ki jih koža pozna in jih najdemo v naravi.

**Janeš:** Vprašamo se lahko, zakaj je na trgu toliko neustreznih izdelkov. Razvoj izdelka na naravni osnovi zahteva bistveno več časa in investicij, da dosežemo nekaj, kar bo stabilno, torej ne sme spremeniti vonja, barve in podobnega. Uporabniku to že z estetskega vidika ne bi ustrezalo.

**•Kakšna je bila pot do ugotovitev, opisanih v knjigi?**

**Kočevar Glavač:** Za knjigo smo predelali ogromno strokovnega gradiva in ga povzeli, viri so navedeni, zato smo ponosni, da je knjiga enkratni dosežek tudi na svetovni ravni. Ugotovitve so pri nekaterih kozmetičnih sestavinah podprte tudi z eksperimentalnim delom v laboratoriju, pri katerem ugotavljamo sestavine v rastlinah, naredimo izvlečke ali izberemo sestavine, jih zmešamo v pravem razmerju in opazujemo njihove učinke.

**•Eno od poglavij ima zanimiv naslov: Koža, najpomembnejša dva kvadratna metra našega življenja.**

**Janeš:** Večkrat pozabljam, da je koža organ, ki deluje samostojno in komunicira s telesom, ga ščiti pred vplivi iz okolja, izhlapevanjem vode in vsebuje čutila ter daje obliko telesu. Po življenjskih obdobjih in med posamezniki se koža precej razlikuje. Kozmetični izdelek ne sme spreminjati vloge kože in ne sme učinkovati kot zdravilo. Cilj kozmetičnih izdelkov je, da ohranjajo ali vzpostavijo normalno delovanje kože. Vsi izdelki, ki prehajajo skozi ali drastično spreminjajo njeno funkcijo, so pravzaprav zdravila in ne sodijo več na področje kozmetike. Ta ne sme zdraviti ali preprečevati bolezni, temveč je namenjena negi kože, kar pomeni, da vzdržuje njeno normalno vlogo. To je dobro poudariti z vidika marketinga in obljub, ki jim hitro verjamemo, kadar imamo težave. Še ena od velikih zmot: ljudje imajo pod vplivom reklam vtis, da je koža zelo propustna. V oglaših se poudarja, da neka sestavina prodira v globoke plasti kože. To je žal zelo težko ▶

**Kozmetika s stališča sodobne farmacevtske znanosti**

**Ugotovitve so pri nekaterih kozmetičnih sestavinah podprte tudi z eksperimentalnim delom v laboratoriju.**





FOTO: BUENOS DIAS



## Izgubljeni dnevi

Pet popoldne je, prilepljena sem na telefonsko slušalko, iz katere mi prijazen, a nepopustljiv ženski glas ponavlja: »Se opravičujemo za čakanje, naš uslužbenec bo v kratkem z vami,« kar pomeni: »Naša firma zaposluje premalo ljudi, da bi vam lahko ustregli v normalnem času, prioriteta delničarjev in lastnikov so dobički. Vaš čas, čas kupcev, naročnikov in potrošnikov, je itak zastoj.« Tokratno sporočilo je v angleščini. Dopoldne je bilo slovensko. Ves dan se ukvarjam s stvarmi, s katerimi se mi ne bi bilo treba, če bi ljudje korektno opravljali svoje delo. Se izplača preverjati davkarjijo, recimo.

Moj trenutno največji problem je moja elektronska pošta, ki jo imam pri Siolu in iz katere se misteriozno prazni predal prejeto. Zadnjih štirinajst dni rešujem zadevo s Siolovimi tehnikami. Pomagajo bistveno več, kot bi multinacionalka, ampak očitno sem spet nestandardna. Z brezžično povezavo na letališču Jacksonville na Floridi sem, kot kaže, snela računalniški virus, ki zvito prazni mojo pošto.

Siolovci pravijo, da njihov sistem ni zaznal nepravilnosti, ampak sama si pa tudi nisem zbrisala vseh 3000 in več prejetih elektronskih pisem kar v trenutku. In potem še dvakrat. Pomembne podatke, tudi vse o moji mami, lahko rekonstruiram iz kopij v drugih mapicah, papirologije, kot so računi, potrdila in podatki za boj z birokracijo, pa nisem posebej shranjevala. Si vi vsako stvar sproti stiskate? Jaz je nisem. Pa vemo, da se da vdreti v vsak predal.

To odpira večje vprašanje. Moj primer je miniaturno v primerjavi z velikimi sistemi, ampak kot lahko nekdaj vdira v moj računalnik, se da z nekaj več napora v vse. Glede na to, da poteka komunikacija s slovensko državo po spletu, imamo državljani kakšno zagotovilo, da nekdaj ne vdira v njene sisteme? So podatki prebivalcev, bolnikov, davkoplačevalcev, bančnih komitentov in drugih ljudi v množicah datotek varni? Kdo zagotavlja mojtvo in našo zasebnost, kdo nas ščiti pred moralno in materialno škodo zaradi vdorov? Če se v Sloveniji še ni zgodilo, v Britaniji se je že večkrat.

Siolovec me je napotil na Slovensko policijo, ki pa se s spletnim kriminalom vsaj vidno ne ukvarja veliko. V Britaniji imajo v sklopu, prevajam, nacionalne agencije za kriminal tudi enoto za spletni kriminal, eno ima tudi londonska policija. Za ogoljufano javnost skrbita nacionalni center za prijavo goljufij in spletnega kriminala ter pomoč za žrtve spletnega kriminala, med drugim. Britanci jemljejo stvari resno.

Pod geslom »policija-Slovenija-spletni-kriminal« izvem, da je Slovenija druga najvarnejša država v Evropi, da policija nima sredstev niti za osnovno delovanje, da so slovenski hekerji (spletni kriminalci) cenjeni v tujini in da v ospredje stopa spletni kriminal. O tem, kam naj se žrtve obrnejo po pomoč, nisem našla podatka. Je pa na spletnih straneh ministrstva za notranje zadeve znaten prispevek o nakupih prvih računalnikov.

Brez svoje spletne preteklosti bom preživela. Bolj me skrbi rastoče vzdušje ogroženosti in s tem povezano zaklepanje za uporabniška imena in gesla. Koliko jih lahko še ponotranjim? Moja banka mi je poslala šestmestno identifikacijsko številko, ki naj jo navedem v vsaki komunikaciji. Sem se uprla, da si štiri številke še zapomnim, šest jih bom morala zapisati, kar bo še nevarnejše kot nič.

Moji možgani sprejmejo določeno količino podatkov, in če so to trapaste številke, bo za pomembnejše stvari, kot so demokracija in pravice posameznika, zmanjkalo prostora. In volje.

JANA VALENČIČ

# Naročite revijo



## Naročam revijo **zarja**

in ob naročilu izbiram (ustrezno označite):

- Trimesečna naročnina** - 13 številčk  
z vključenim 10-odstotnim popustom **20,94 EUR**
- Polletna naročnina** - 26 številčk  
z vključenim 15-odstotnim popustom **39,55 EUR**
- Letna naročnina** - 52 številčk  
z vključenim 20-odstotnim popustom **74,46 EUR**

Ime in priimek: .....

Naslov: .....

Poštna številka, kraj: .....

Elektronski naslov: .....

Telefon: .....

Podpis: .....

## Pokličite ob delavnikih

01-5880 365, 5880 363,

pišite na: [narocnine@media24.si](mailto:narocnine@media24.si)

ali pošljite svoje podatke v zaprti kuverti na naslov:

Salomon d.o.o., Ljubljana, Naročnine,  
Brnčičeva 31, 1231 Ljubljana Črnuče.

Z naročilom potrjujete, da se strinjate z vseni pogoji naročniškega razmerja, navedenimi v ponudbi. Poličnico za plačilo naročnine boste prejeli po pošti. Revijo začnemo pošiljati po plačilu poličnice. Po izteku naročnine boste prejeli poličnico za podaljšanje naročnine za naslednje naročniško obdobje po veljavnem ceniku podjetja Salomon d.o.o. Naročilo na revijo velja do vašega preklica. Če bi želeli prekiniti naročniško razmerje, je potrebno pisno ali po telefonu obvestiti naročniško službo. Splošni pogoji naročanja so objavljeni na [www.media24.si](http://www.media24.si)

MEDIA 24

delati tudi brez njih, na primer, če vsebuje veliko maščobne faze. Izdelek, ki ima ogromno vodne faze, pa je treba konzervirati. Tako kot ne bi pojedli jedi, ki bi bila plesniva, si ne bi nihče želel mazati kože s plesnivo kremo, čeprav plesni ni videti. Treba se je izobraziti in imeti dobro mero kritičnosti. Zelo glasni so nasprotniki parabenov, ki imajo delno prav, saj so nekateri dokazano škodljivi kot hormonski motilci, vemo pa tudi, da so ne-

Nočna nega je torej lahko, da se namažemo s katero od vrst rastlinskega masla ali olj, kar je odlična alternativa marketinško podprtim dragim kremam. Res pa je, da pri zelo suhi koži takšna nega ne zadoštuje. Veliko primernejša je uporaba krem, ki vsebujejo maščobni in vodni del ter vlažila.

● **Pogosto slišimo, da imajo pomembno vlogo antioksidanti, tako v prehrani kot v kozmetiki. Kaj bi morali vedeti o njih?**



»Za knjigo smo predelali ogromno strokovnega gradiva in knjiga je enkraten dosežek tudi na svetovni ravni.«

doseči. Vloga kože je ravno v tem, da ščiti pred zunanjimi vplivi. Če bi bila preveč propustna, bi se hitro okužili in izgubili pomembne snovi, kot je voda. Zato je zelo težko narediti izdelek, ki bi prodrl globlje. Večina izdelkov učinkuje zgolj na površini, v roženi plasti kože.

● **Kočevar Glavač:** Predstavljamo si kožo v drugačnih dimenzijah, na primer kot da bi bila globoka 150 metrov. Za avokadovo olje pravijo, da prodira globoko v kožo. A pride le do prvih 15 metrov v roženo plast, zato ni nobenega razloga za trditve o prodiranju v globoke plasti.

● **Zdaj, ko smo razkrinkali to napačno predstavo, katere se še podobne, pogoste in ustaljene, a napačne?**

● **Janeš:** Pogosto se omenja, da hialuronska kislina odpravlja gube. Kvečjemu bi lahko rekli, da zmanjšuje njihov videz, saj ne morejo izginiti. Poveča navlaženost kože in ta se napne, zato gube začasno izginejo. Ko izdelek nehamo uporabljati, bo koža prešla v prejšnje stanje.

● **Kočevar Glavač:** Če bi bilo to res, bi bili vsi videti kot dojenčki, pa nismo. Vsako leto novi in novi izdelki to sicer obljublajo s čarobnimi formulami, a teh v resnici ni. Res pa je, da redna nega kože v kombinaciji z zdravim načinom življenja podaljša mladostni videz. Na to pogosto pozabljamo. To je edini čudežni recept. Danes je stres glavni razlog vseh boleznih, vključno s kožnimi.

● **Janeš:** Prehranjenost kože prihaja od znotraj in tako dobiva vse hranilne snovi, tudi kisik. Če človek živi zdravo, bo zdrava tudi koža. Od zunaj ji lahko dostavimo le majhen delež snovi. Še vedno velja, da se stanje celotnega telesa odraža na koži.

● **Posebno poglavje v knjigi je namenjeno rastlinskim maslom in oljem. Kaj bi morali vedeti o njih?**

● **Kočevar Glavač:** Relativno novo odkritje je v zvezi z olji z velikim deležem oleinske kisline: ugotovljeno je, da samostojna uporaba takšnih olj dolgoročno ni priporočljiva, saj naj bi oleinska kislina, ki se ob tem sprosti, slabšala zaščitno sposobnost kože. Znanstveniki pozivajo k prevrednotenju smernic za nego otroške kože, saj je tudi pri nas del prakse, da dojenčke mažemo z mandljevimi ali olivnimi oljem, kar naj ne bi bilo dobro, na podlagi tega, kar vemo danes.

● **Katera olja ali mazila naj bi torej uporabljali?**

● **Kočevar Glavač:** Rastlinska masla so blažja in torej boljše izbira, zlasti za samostojno nego kože otrok, na primer karitejevo ali mangovo maslo. Med olji sta taka kokosovo ali arganovo olje. Masla in olja lahko med seboj tudi zmešamo. Še eno napačno prepričanje: velja, naj olja ne bi bila primerna za nego mastne kože. V osnovi to ne drži. Kokosovo olje je na primer sestavljeno iz maščobnih kislin, ki dokazano učinkujejo protivnetno in protimikrobno, torej ugodno vplivajo na ta stanja.

● **Janeš:** Poudariti je treba, da so koristni le, če jih uporabljamo zmerno. Ne sme jih biti pre malo ali preveč. Učinkovita zaščita celice je, če jo ščiti več antioksidantov, vsak z drugačno vlogo. Le tako bomo zaščitili vse dele celice, od membrane, ki vsebuje maščobe, do notranjosti celice, ki je vodna raztopina. Razlika je v tem, da so nekateri antioksidanti topni v vodi, drugi v lipidih oziroma maščobah. Podobno velja za vitamine: prevelike količine zdravju škodijo, tako v prehrani kot v kozmetiki. Še opozorilo: v prevelikih količinah je lahko vitamin A toksičen, zlasti je neprimeren za nosečnice in doječe mamice.

● **Številni kozmetični izdelki obljublajo protimikrobno učinkovanje.**

● **Janeš:** Bakterije so zelo pomembne za delovanje naše kože. Z nami živijo v sožitju in bakterijska mikroflora na površini kože je izredno pomembna, saj so bakterije lahko škodljive, lahko pa tudi koristne in izdelujejo snovi, ki so za človeka nujne. Če bi jih odstranili s kože, bi koža in imunski sistem spremenila način delovanja. Znani so poskus, ki so živali gojili v sterilnih razmerah, a so hitreje umrle.

● **Kočevar Glavač:** Omeniti je treba še konzervanse. Kozmetični izdelek je mogoče iz-

kateri parabeni dobri konzervansi, v tem smislu je njihovo odklanjanje neupravičeno. Omenimo le, da najdemo metilparaben v borovnicah. Po drugi strani imamo vrsto novih konzervansov, o katerih ne vemo veliko, pa se jih včasih kar nekritično daje v kozmetične izdelke.

● **Najobsežnejše poglavje v knjigi namenjate rastlinskim izvlečkom. Kakšen pomen imajo?**

● **Janeš:** Lahko bi rekli, da so paradni konj naravne kozmetike, saj njihovo učinkovanje pomaga prodajati kozmetični izdelek v obliki zgodb za kupce. Treba je poudariti, da je po navadi količina izvlečkov v izdelkih strahotno nizka. Po eni strani je to razumljivo zaradi tehnoloških vidikov. Navedba, da je neki izvleček v kozmetičnem izdelku, še ne pomeni, da ga je dovolj za učinek. A omemba deluje kot vaba za kupce. Pri tem bi morala svojo vlogo opraviti zakonodaja.

● **Kakšno bi bilo vajino sporočilo vsem, ki si želijo naravno kozmetiko izdelati sami po kateri od receptur?**

● **Kočevar Glavač:** in Janeš: Vsekakor želiva spodbuditi vse, da sami poskušajo narediti izdelek, ki jim ustreza, a se morajo pred tem dobro izobraziti. Pomembno je, da se spreminja tudi potrošniška navnanost. Danes je v ponudbi veliko tečajev, nekateri imajo izdelovanje domače kozmetike za hobi. Vse to je spodbudno, a mora biti povezano s strokovnim znanjem. Če si naredimo ozimnico, zakaj si ne bi izdelali osnovne kozmetike? ■

