



BUTAN PLIN

S PRIJAZNO ENERGIJO NAPREJ

jesen/zima 2025

VAL ENERGIJE

Dostava plina
**DO PLANINSKIH KOČ
KAR S HELIKOPTERJEM**

Varen dom
**OD DIMNIKA DO
SONČNE ELEKTRARNE**

Kulinarika
**RAZVAJANJE PRI
KODILI GOURMET**

Prihranki električne porabe
**KAKO OPTIMIZIRATI
PORABO ELEKTRIKE**



5G

POZOR!
DRŽAVNA MEJA

NEOMEJENO PODATKOV V TUJINI*

Zakupi za Hrvaško, Balkan, ZDA,
Združeno Kraljestvo in Švico



Telekom Slovenije
Vedno na boljše.

VKLOPITE
V APLIKACIJI
MOJ TELEKOM

telekom.si

*Zakupi HR – internet neomejeno, ZDA, ZK in Švica – internet neomejeno ter Balkan internet neomejeno vsebujejo neomejen prenos podatkov v državah: Hrvaška, Albanija, Bosna in Hercegovina, Srbija, Makedonija, Kosovo, Črna gora, ZDA, Švica in Združeno kraljestvo Velike Britanije in Severne Irske. Zakupi vsebujejo neomejen prenos podatkov z vključeno limito prenosa podatkov. Limita pri zakup HR – internet neomejeno vsebuje 30 GB, Balkan internet neomejeno in ZDA, ZK in Švica – internet neomejeno pa 10 GB prenosa podatkov. Ob doseženih limiti prenosa podatkov se hitrost prenosa podatkov z običajne hitrosti zniža na 2/1 Mbit/s. Za več informacij obiščite www.telekom.si, Telekomov center, pooblaščen prodajno mesto ali pokličite 041 700 700 oz. pišite na info@telekom.si. Telekom Slovenije, d.d., si pridružuje pravico do sprememb cen in pogojev. Telekom Slovenije, d.d., Ljubljana



*1 | AMZS čistila
za vetrobransko
steklo

Svoje vozilo zaupajte strokovnjakom in opravite vse storitve na enem mestu.

Ob opravljeni storitvi v
izbranem AMZS centru vas
s tem oglasom in QR kodo
čaka **darilo***.

- ✓ Tehnični pregledi
- ✓ Registracije in zavarovanja
- ✓ Homologacije
- ✓ Tahografi

- ✓ Servis
- ✓ AMZS članstvo
- ✓ Mednarodni dokumenti in vinjete

Posebno ponudbo lahko izkoristite do 30. 4. 2026.

AMZS

VSEBINA

Plin po zraku

4



Plini okoli nas

7



Biopropan

11



Ozimnica

15



Telovadba

20



Nad oblaki

6



Varen dom

8



Razvajanje pri Kodili Gourmet

12



Dnevnik porabe električne energije

18



VAL ENERGIJE, revija družbe Butan plin, letnik 2025, jesen-zima, ISSN 2232-5379.

Besedilo in fotografije: Butan plin d. d., Kodila Gourmet, Marko Brce, Aljoša Silič Žemva, Pasha Balloons, Fini Oglasi, Peter Kac, Shutterstock. Oblikovanje: Cuboid, Lara Zupančič s.p., Uredniški odbor: Tanja Medved Voglar, Maja Zužič, Ajda Silič Žemva, Karmen Plestenjak. Izdajatelj: Butan plin, d.d., Ljubljana. Naklada: 10.000 izvodov. Fotografija na naslovnici: Butan plin d.d.



KAKO HELIKOPTER OSKRBUJE NAŠE PLANINSKE KOČE

Ko se usedete na teraso ene od slovenskih planinskih koč in uživate v vročem čaju, dišečem golažu ali toplém zavetju po napornem vzponu, najbrž ne pomislite, kako so vse te stvari sploh mogoče na nadmorski višini več kot 2000 metrov.

A za brezhibnim delovanjem planinskih postojank stoji premišljena in usklajena logistika – v nekaterih primerih tudi s pomočjo helikopterja.

Pet koč, ena rešitev – helikopterska oskrba s plinom

Plin je v gorah nepogrešljiv. Uporablja se za kuhanje, ogrevanje in celo za napajanje električnih agregatov. Ker pa so številne planinske kočje težko dostopne po kopnem, je najbolj zanesljiv način dostave – po zraku. V Butan plinu poleti redno v sodelovanju s

planinskimi zvezami, logističnimi partnerji in seveda helikopterja oskrbujemo pet planinskih koč. Gre za Dom Valentina Staniča pod Triglavom, Kočo na Kredarici, Kočo pri Triglavskih jezerih, Roblekovo dom na Begunjsčici in Prešernovo kočjo na Stolu. Projekt poteka v sodelovanju s Planinskim društvom Ljubljana-Matica in Planinskim društvom Radovljica, sodelovanje pa je nastalo na pobudo g. Matjaža Presterela, Enos.

Ko plin poleti

Za potrebe plinskega agregata, kuhanja in gretja Koča pri Triglavskih jezerih uporablja osem 500-litrskih cistern, ki so polnjene s propanom. Propan je posebej

primeren za uporabo v visokogorju, saj dobro uplinja tudi pri nizkih temperaturah. To pomeni, da oskrba deluje brezhibno tudi tik pred koncem poletne sezone, ko se temperature že močno spustijo. Tovor pripravi logistično podjetje Enos, helikopterski prevoz pa izvede Flycom. Dostave potekajo enkrat do dvakrat tedensko, odvisno od vremenskih razmer in obiska koč. Vsaka plinska cisterna je certificirana in ustreza vsem varnostnim predpisom za prevoz nevarnega tovora, kar zagotavlja podjetje Butan plin.

Od drv k plinu – bolj čisto, bolj udobno

Zadnja, ki se je pridružila družini »plinsko oskrbovanih« koč, je bila Roblekov dom na Begunjščici. Do leta 2024 so tam za kuhanje že uporabljali plin, a za ogrevanje so v koči uporabljali drva. S prehodom na plin so si olajšali delo – ni več potrebe po skladiščenju drv, kurjenju, prav tako pa pri ogrevanju na plin nastaja bistveno manj saj. Poleg tega pa lahko zdaj ogrevanje sprožijo kar na daljavo, kar pomeni manj dela za osebje in več udobja za obiskovalce.

Flycom – edini pooblaščen za helikopterske prevoze nevarnih snovi

Oskrba po zraku ni preprosta. Flycom je edino podjetje v Sloveniji, ki ima ustrezno licenco za letalski prevoz nevarnih snovi, kar vključuje tudi plin. Licenco podeljuje Agencija za civilno letalstvo RS, zaposleni pa morajo vsako leto opraviti posebno usposabljanje.



**Pred vsakim letom je
vsa oprema natančno
pregledana, še
posebej pa pazimo
na pritrditev cistern s
plinom.**

Helikopterski prevozi v kočje Triglavskega narodnega parka potekajo s Pokljuke v sezoni od 15. junija do konca septembra. Pred



julijem je helikopterski prevoz s Pokljuke prepovedan oz. omejen, saj je takrat paritvena sezona divjega petelina. Da se zaščiteni ptici omogoči veliko potomcev (in veselja), pa potrebuje mir. Na dan dostave helikopter opravi tudi do 60 letov, kar pomeni, da v kočje dostavi do 30 ton tovora v dnevu, na poti nazaj pa v dolino odnaša smeti. Vsak posamezen let lahko namreč zajema do pol tone tovora.

Jernej Kravanja, eden izmed pilotov Flycoma, pri tem poudarja pomen varnosti: »Pri prevozu uporabljamo le certificirano opremo. Pred vsakim letom je vsa

oprema natančno pregledana, še posebej pa pazimo na pritrditev cistern s plinom. V gorah ni prostora za napake.«

Morda se vam zdi samo po sebi umevno, da lahko na nadmorski višini 2000 metrov pojedete topel obrok ali prenočite v topli sobi, a v ozadju je veliko znanja, dela, usklajevanja in jeklene volje. In če boste naslednjič med poletno turo zaslišali helikopter nad glavo, vedite, da poleg ponesrečencev, hrane in smeti prinaša tudi nekaj zelo dragocenega – toplino, energijo in udobje. ☺



Matjaž in Luka Prestere, Enos



NAD OBLAKI – SKRIVNOSTEN SVET TOPLOZRAČNIH BALONOV

Toplozračni baloni že stoletja burijo domišljijo ljudi – od prvih poletov v 18. stoletju do sodobnih balonarskih festivalov, ki nebo spremenijo v pisan nabor barv. Eden takih je bil tudi balonarski festival v Murski Soboti.

Soboško jezero v Murski Soboti je letos avgusta postalo prizorišče balonarskega festivala, ki je nebo nad Pomurjem za štiri dni prekrilo s toplozračnimi baloni, med njimi tudi nekaj deset povsem unikatnimi, ki so očarali male in velike.

4-dnevni festival v Murski Soboti je ponudil veliko doživetij za obiskovalce

»Sobota Balonfest je 4 dnevni balonarski spektakel, kot ga v Sloveniji še ni bilo. Obiskovalci so lahko opazovali nebo pisanih toplozračnih balonov, med katerimi so bili številni res posebnih oblik, ki so festival naredili še posebej atraktiven. Tisti najbolj pogumni so lahko z balonom tudi poleteli ali uživali v kulinarčnih dobrotah Prekmurja na posebni večerji v okviru festivala. Z jasno vizijo,

podporo občine in partnerjev ter odlično energijo verjamemo, da začnemo novo tradicijo – festival, ki bo vsako leto rasel, se razvijal in navdihoval,« je poudaril **Timi Gomboč**, vodja organizacijskega odbora festivala.

Danes so baloni več kot le prevozno sredstvo – so simbol svobode, miru in tihega raziskovanja narave iz zraka. Ena izmed zanimivosti je, da piloti nimajo krmila – balon potuje v smeri vetra, pilot pa s spreminjanjem višine išče različne zračne tokove. ☼

Ali ste vedeli?

Prvi uspešen polet s toplozračnim balonom sta izvedla brata Montgolfier leta 1783 v Franciji – brez motorjev, le z ogrevanim zrakom, ki dvigne balon nad tla. Polet je trajal 8 minut. Prvi potniki so bile živali – ovca, raca in petelin. Ta princip še danes ostaja enak: tople zrak je lažji od hladnega, kar omogoča dvigovanje balona.

Največji festival toplozračnih balonov je v Novi Mehiki, ZDA. Albuquerque International Balloon Fiesta gosti več kot 500 balonov in je najbolj fotografiran dogodek na svetu!

Šampanjec po pristanku je tradicija. Ta se je začela v Franciji, kjer so balonarji kmetom po pristanku na njihovih poljih ponujali šampanjec kot zahvalo.



DALEČ V VESOLJU

Plini so povsod okoli nas – vdihavamo jih, uporabljamo v vsakdanjem življenju in z njimi poganjamo tehnologijo.

A niso omejeni le na Zemljo, saj jih najdemo tudi v najglobljih kotičkih vesolja, kjer razkrivajo skrivnosti nastanka in razvoja zvezd ter planetov.



Smejalni plin

Smejalni plin je pogovorno ime za dušikov oksid (N_2O). Ima blage anestetične in evforične učinke, zato se v medicini uporablja kot sredstvo za lajšanje bolečin, na primer pri zobozdravnikih ali med porodom. Ko ga ljudje vdihnejo, lahko povzroči občutek omotičnosti, smeha ali evforije – od tod tudi njegovo ime.

Poleg medicinske uporabe se dušikov oksid uporablja tudi v avtomobilizmu (za povečanje moči motorjev) in v živilski industriji (npr. v tlačnih bombicah za stepanje smetane). Čeprav se sliši zabavno, je pomembno vedeti, da lahko nepravilna uporaba tega plina povzroči resne zdravstvene težave.

Ali ste vedeli?

Ko je zobozdravnik Horace Wells leta 1840 prvič videl javno demonstracijo smejalnega plina, je opazil nekaj nenavadnega: eden od udeležencev si je med evforičnim tekom poškodoval nogo – a bolečine sploh ni občutil. Wells je takoj pomislil, da bi ta plin lahko uporabili pri zobozdravstvenih posegih. Naslednji dan je sam preizkusil idejo – pod vplivom plina si je pustil izpuliti zob. In tako se je začela zgodovina moderne anestezije.

Plini v vesolju

V vesolju poznamo celo paleto plinov, nekateri so izjemno pogosti, drugi pa redki in eksotični. Tukaj je nekaj najpomembnejših:

- ✓ Vodik (H) – najbolj razširjen plin v vesolju, glavni gradnik zvezd in galaksij.
- ✓ Helij (He) – drugi najpogostejši plin, nastaja v zvezdah kot produkt fuzije vodika.
- ✓ Kisik (O) – prisoten v molekularnih oblakih in pomemben za nastanek vode.
- ✓ Ogljikov dioksid (CO_2) in ogljikov monoksid (CO) – pogosto prisotna v atmosferah planetov in kometov.
- ✓ Amonijak (NH_3) – pojavlja se v obliki plinov okoli Jupitra in Saturna.

Ti plini se pojavljajo v različnih delih vesolja – od medzvezdnih oblakov, kjer nastajajo nove zvezde, do ozračij eksoplanetov in kometnih repov. Zanimivo je, da lahko prek teh plinov astronomi razbirajo sestavo in starost vesoljskih teles.

Vesoljske drobtinice

Medzvezdni oblak z vonjem po malinah in rumu

V bližini središča naše galaksije je bil odkrit molekularni oblak Sagittarius B2, ki vsebuje spojino etil format – ta na Zemlji daje aromo malinam in vonj ruma. Torej, če bi kdaj lahko zavohali vesolje ... bi morda dišalo po sladici!

Na Uranu in Neptunu morda »dežujejo« diamanti

Zaradi ekstremnega tlaka in temperature v notranjosti teh planetov znanstveniki menijo, da metan razpade, ogljik pa se poveže v kristalne oblike – diamante, ki dobesedno dežujejo proti planetarnemu jedru.

Plinski oblak, večji od galaksije

Astronomi so odkrili oblak vodika, imenovan Smithov oblak, ki drvi proti Rimski cesti s hitrostjo več kot 240 km/s. Če trči v galaksijo, bi lahko spodbudil nastanek novih zvezd.

Stari plini v mladih zvezdah

V nekaterih zvezdah so odkrili sledi plinov, ki so bili prisotni že v zgodnjem vesolju – kot bi našli ustekleničen zrak iz časa tik po velikem puku. Ti plini so ključ do razumevanja, kako so se prvi elementi oblikovali. ☞



MIREN SPANEC DOMA: OD DIMNIKA DO SONČNE ELEKTRARNE

Ko razmišljamo o varnosti doma, najprej pomislimo na ključavnice, alarmne sisteme in mogoče celo na psa čuvaja.

Redko pa pomislimo, da nas lahko v nevarnost spravi nekaj čisto vsakdanjega – naše naprave in sistemi, ki sicer skrbijo za toplino, energijo in udobje. A prav zato, ker jih imamo za samoumevne, jih pogosto zanemarimo. V nadaljevanju predstavljamo nekaj ključnih opravil, ki jih pogosto spregledamo, čeprav lahko pomembno prispevajo k varnosti našega doma.

Dimnikarske storitve – požarna in zdravstvena varnost

Dimnik je eden tihih prebivalcev doma, ki skrbi za varno odvajanje dima, vlage in škodljivih plinov iz naših bivalnih prostorov. Čeprav se zdi samoumevno, da deluje, pa lahko prav neočiščen dimnik povzroči požar ali zastrupitev z ogljikovim monoksidom.

Po Zakonu o dimnikarskih storitvah potrebujete dimnikarske storitve enkrat letno.

Dimnikarske storitve vključujejo tri vrste pregledov; prvi pregled se opravi ob vgradnji novih ali prenovljenih naprav, da se preveri skladnost z dokumentacijo in predpisi, izredni pregled poteka na zahtevo inšpektorja ali uporabnika ter ugotavlja, ali so obstoječe naprave varne za uporabo, ter **redni letni pregled**, ki se izvaja periodično za odkrivanje morebitnih poškodb, sprememb ali nepravilnosti pri delovanju naprav.

Zakaj?

Namen vseh pregledov je zagotoviti varno, učinkovito in okolju prijazno delovanje naprav. Zamašen ali poškodovan dimnik namreč lahko povzroči povratni vlek dima, nevarnost požara v dimniku ali celo uhajanje ogljikovega monoksida v bivalne prostore.

Kako se lotiti?

Najbolj preprosto je, da se pregleda lotite pred kurilno sezono. Poiščite lokalnega dimnikarja, ki ima veljavno licenco, in mu prepustite delo. Doma lahko sami občasno preverite, ali se v kaminu ali peči nabirajo sajaste obloge, in jih odstranite, vendar brez strokovnjaka ne gre.





Dimnikar prinaša srečo

Po svetu in pri nas je še vedno zelo živa vraža, da dimnikar prinaša srečo. Pravijo, da če zagledamo dimnikarja, se moramo takoj prijeti za gumb in si v mislih zaželeli nekaj, kar moramo imeti v tistem trenutku pripravljeno. Ta vraža izhaja iz simbolike nebesnih teles in kroga – krogle ali celo prstana. Od nekdaj namreč velja, da je vse, kar je znotraj kroga, zaščiteno, krožnica pa naj bi odbijala vse zunanje, tudi zle sile. Prepričanje, da dimnikar prinaša srečo, je povezano tudi z ognjem in ognjiščem, ki je bilo nekoč središče doma, saj je prav ogenj simboliziral rodovitnost in življenje.

Servis štedilnika na plin in varen priklop jeklenke

Rokovanje s plinom ni nevarno. Glavni vzrok za nesreče je predvsem zastarela plinska inštalacija in kot posledica tega uhajanje plina. Če poskrbimo za vse preventivne ukrepe, kupujemo plin pri pooblaščenem prodajalcu in redno vzdržujemo plinsko napeljavo, je vsak strah popolnoma odveč. Čeprav so indukcijske plošče v trendu, še vedno veliko gospodinjstev uporablja štedilnike na plin – bodisi na zemeljski plin bodisi

na UNP v plinski jeklenki. Plinski štedilnik je zanesljiv, zahteva pa nekaj osnovne skrbi. Priporočljivo je, da štedilnike pregleda strokovnjak vsaj na dve leti, starejše pa celo enkrat na leto.

Zakaj?

Dotrajane cevi, razrahljani priključki ali zastareli regulatorji lahko povzročijo puščanje plina.

Kako se lotiti?

Preventivni pregledi so priporočljivi na obdobje dveh let, kjer se pregleda in oceni stanje plinske cevi in plinskega regulatorja. Priporočamo, da tesnilo zamenjate ob vsaki menjavi plinske jeklenke (tesnilo se nahaja v plastični varnostni matici), cev in regulator pa na pet let (leto menjave je zapisano na cevi).

Jeklenko vedno menjujte na prostem ali v dobro prezračenem prostoru, nato pa tesnost preverite z milnico ali sprejem za preverjanje puščanja plina.



**Varnostni vodič
o brezskrbni
uporabi jeklenke**

Uporaba detektorjev – tihi varuhi doma

Čeprav marsikomu detektor dima ali ogljikovega monoksida deluje kot nepotreben dodatek, so v resnici nepogrešljiv del varnega doma. Še posebej moramo biti pozorni v slabo prezračenih kurilnicah in prostorih s pečjo, garažah, poškodovanih dimnikih, kuhinjah s plinsko ploščo, avtomodih, plovilih ... vse povsod, kjer je prisotno izgorevanje fosilnih goriv.

Zakaj?

Ogljikovemu monoksidu pravimo tihi ubijalec z razlogom. Je zelo strupen plin, obenem pa ga s človeškimi čutili ne moremo zaznati, saj je brez barve, vonja in okusa. Zato smo nevarnosti lahko

izpostavljeni praktično kjerkoli, pa tega pravočasno ne bomo odkrili.

Detektor, ki sproži alarm, ko zazna povečano koncentracijo plina, je lahko razlika med pravočasno reakcijo in tragedijo. Prav tako detektor dima opozori na požar, še preden ogenj doseže nevarne razsežnosti.



Preverite ponudbo detektorjev v **Specializirani trgovini za plin in plinske izdelke.**

Kako se lotiti?

Namestitev detektorja je enostavna. Če nameščate detektor ogljikovega monoksida v prostoru, kjer imate kurilno napravo, ga namestite na strop, od 1 do 3 m od kurilne naprave, če ga nameščate v prostore, kjer ni kurilnih naprav, ga v spalnici namestite v višini glave pri spanju, v dnevni sobi pa v višini glave pri sedenju. Detektor dima pa naj bo v kuhinji, na hodniku ali v bližini spalnic. Baterije preverjajte enkrat mesečno, detektorje pa po priporočilih proizvajalca zamenjajte na nekaj let.

Servis toplotnih črpalk – tihe delavke, ki potrebujejo pozornost

Toplotne črpalke so postale pravi hit med gospodinjstvi, ki stavijo na varčno ogrevanje. So varčne, okolju prijazne in skoraj neslišne. Prav ta tišina je lahko varljiva, saj hitro pozabimo, da tudi toplotna črpalka potrebuje reden servis.

Servis toplotnih črpalk se priporoča **enkrat letno**, najbolje spomladi ali jeseni, ko se zaključijo ali začne sezona ogrevanja. Če gre za napravo s toplo vodo (sanitarna TČ), se pogosto opravi hkrati s čiščenjem vodnega kamna. V primeru večjih ali poslovnih sistemov lahko proizvajalec predpiše dva servisa letno, a to za družinske hiše ni običajno.



Zakaj?

Reden servis toplotne črpalke je priporočljiv predvsem zato, ker bistveno zmanjša možnost nepričakovanih okvar in dragih popravil. Z rednim pregledom in čiščenjem ključnih delov naprava ohranja visoko učinkovitost, kar pomeni nižjo porabo energije in zanesljivo delovanje tudi ob največjih obremenitvah. Poleg tega redno vzdrževanje preprečuje morebitno puščanje hladilnega plina, ki je lahko okolju škodljiv in drag za dopolnitev. Servis podaljša življenjsko dobo toplotne črpalke, obenem pa je pogosto tudi pogoj za ohranitev garancije, saj številni proizvajalci zahtevajo vsaj en redni letni servis, sicer garancija ne velja v celoti.

Kako se lotiti?

Servis toplotne črpalke je priporočljivo opraviti enkrat letno. Serviser bo preveril hladilni krog, tesnost sistema, očistil filtre in preveril delovanje vseh funkcij. Sami pa lahko občasno očistite zunanje enote – odstranite listje, prah in umazanijo, ki se lahko nabere na rešetkah in ventilatorjih.

Termo pregled sončne elektrarne – zakaj je pametno pogledati pod površje

Vedno več streh krasijo bleščeče vrste sončnih panelov. Lastniki sončnih elektrarn se pogosto zadovoljijo s tem, da redno gledajo, koliko kilovatnih ur so pridelali. A tudi sončna elektrarna potrebuje občasno strokovno oko.

Eden izmed pomembnih vidikov sončne elektrarne je njeno redno vzdrževanje. Zaradi višine objektov, kompleksnih streh in pomanjkljivega spremljanja delovanja sistema pa lahko spremembe ostanejo neopažene – včasih jih je težko zaznati, včasih pa celo nemogoče. S pregledom ne čakajte samo na čas, ko zaznate izpad proizvodnje.

Zakaj?

Sčasoma se lahko na panelih pojavijo mikro razpoke, poškodbe celic ali vroče točke. Te točke zmanjšujejo učinkovitost celic in lahko celo povzročijo lokalno pregrevanje, kar v najslabšem primeru lahko povzroči požar.

Kako se lotiti?

Priporočljivo je, da se vsaj enkrat letno opravi termo pregled panelov. To lahko opravi strokovnjak s termovizijsko kamero, ki jasno pokaže morebitne napake in pregrevanja. Poskrbite pa tudi za čiščenje panelov – prah, odpadlo listje, cvetni prah ali ptičji iztrebki lahko zmanjšajo izkoristek in povečajo možnosti za pojav vročih točk. Ker pa plezanje po strehi z vedrom in metlico ni ravno olimpijska disciplina – poleg tega pa lahko napačno čiščenje zmanjša učinkovitost panelov –, prepustite čiščenje profesionalcem.

Varnost doma ni le stvar ključavnic in alarmov. Je tudi skrb za stvari, ki jih pogosto jemljemo za samoumevne – dimnike, kotle, cevi, detektorje in panele na strehi. Večina teh opravil je ključnih za preprečevanje nesreč in podaljšanje življenjske dobe naprav. Hkrati pa nam prinesejo dolga leta mirnega spanca. 🔌

PLINMARK servis – zanesljiv servis z dolgoletnimi izkušnjami.

www.plinmark.si

MARK
PLIN

Strokovno in kvalitetno pregledovanje plinskih naprav

- Pregled, menjava in popravilo plinskih štedilnikov **po vsej Sloveniji**.
- Menjava cevi in regulatorjev na plinskih jeklenkah ter cevi in ventilov za mestni plin ali plinohram.
- Preverjeni materiali in kakovostni rezervni deli s **5-letno garancijo**.

Pokličite 040 741 513

BIOPROPAN SEDAJ S CERTIFIKATOM ISCC

V Butan plinu smo že pred več kot štirimi leti kot prvi distributer utekočinjenega naftnega plina (UNP) s ponosom na slovenskem trgu predstavili nov energent biopropan, poznan tudi kot Futuria propan.

Kot 100 % obnovljiv vir energije z enako kemijsko formulo kot propan je tudi biopropan enako kaloričen, varen in dostopen, prehod nanj pa za uporabnike UNP ne terja nobene menjave opreme in infrastrukture. V tem letu smo za ta izjemen energent, ki lahko mnogim omogoči enostaven prehod na bolj trajnosten način življenja ali poslovanja, pridobili tudi certifikat ISCC.

Prav certifikat bo podjetjem v prihodnosti služil kot dokazilo za uveljavljanje zmanjšanja plačil CO₂ takse. Uvedba novega sistema trgovanja z emisijami ETS2, ki začne veljati leta 2027, bo namreč obdavčila emisije CO₂ tudi za ogrevanje stavb. Z uporabo biopropana (v celoti ali delno) bodo podjetja lahko znižala in lažje upravljala s stroški, ki jih prinaša ta nova uredba Evropske unije.

Kot energent je biopropan proizveden iz biomase (obnovljivih surovin), in sicer približno 88 % odpadkov in ostankov (jedilna olja, živalske maščobe) in 12 % obnovljivih rastlinskih olj iz certificiranih nasadov. Že UNP sicer sodi med eno najčistejših fosilnih goriv, biopropan pa poskrbi še za do 80 % nižji ogljični odtis v primerjavi z UNP. Točen odstotek je odvisen od surovin, iz katerih je plin pridobljen.

Uporablja se za kuhanje ali ogrevanje, trenutno pa ga v Butan plinu fizičnim strankam nudimo kot gospodinjski plin v 10-kilogramski Zeleni jeklenki.

Biopropan je okolju prijazna in trajnostna energetska rešitev, ki omogoča prehod na obnovljive vire energije. Uporaba tega energenta zmanjšuje odvisnost od fosilnih goriv in prispeva k ohranjanju naravnih virov, saj proizvaja manj škodljivih emisij v primerjavi s tradicionalnimi fosilnimi gorivi.

Kot tak je zaželena alternativa v težko dostopnih področjih s slabo ali neobstoječo elektropovezavo, še posebej v dejavnostih, ki si prizadevajo slediti trajnostnim poslovnim praksam, kot so denimo ekološke kmetije, turistične dejavnosti, javne ustanove in druga ekološko

ozaveščena podjetja. Primer take uporabe je Eko kmetija Urška iz Stranic pri Zrečah, kjer za kuhanje uporabljajo 100 % biopropan v Zeleni jeklenki. Leta 2011 je kmetija z več kot 30-letno tradicijo kot prva v Sloveniji pridobila trajnostni certifikat Eko marjetica, med prvimi so imeli certifikat Green Accomodation, tekom let pa so kmetijo razvijali tako, da imajo 90 % lastne ekološko pridelane hrane. Prav zavezanost trajnostnim in okolju prijaznim praksam jih je že leta 2023 prepričala k uporabi biopropana, energentu pa so z redno uporabo zvesti še danes. 🔌





VAŠ NASLOV ZA GURMANSKE UŽITKE



Družina Kodila je že tri generacije sinonim za vrhunsko mesarsko tradicijo, ki temelji na spoštovanju narave in lokalnega okolja ter ljubezni do obrti.

V Markišavcih, kjer danes stojita moderna sušilnica in restavracija, vas čaka izvrstna ponudba mesnih izdelkov, pripravljenih po tradicionalnih metodah, ter pristna kulinarična izkušnja.

Kakovostna in pristna hrana je vodilo, ki ga v družini ohranjajo že tri generacije, danes pa družinsko tradicijo nadaljujejo Janko, Helena, Filip in Julij Kodila. Posebnost njihovega pristopa je sušenje šunk pod streho, prekrito s slamo, kjer glina in naravni materiali ustvarjajo popolno okolje za zorenje. Z dimljenjem na odprtem ognjišču in uporabo

le najosnovnejših sestavin v zorilnicah zorijo tudi steaki in drugi mesni izdelki, pripravljeni po tradicionalnih recepturah.

Če boste zavili v njihove konce v Prekmurju, si lahko ogledate **Šunkarno** s strokovnim vodenjem in se sprehodite med zorilnicami pod slamnato streho in ilovnatimi ometi ter spoznate, kako dragoceni so čas, naravna mikroklima in ročna spretnost za ustvarjanje izdelkov vrhunske kakovosti.

Poleg suhomesnatih izdelkov, ki jih ponujajo v svoji **Gourmet Delikatesi**, lahko svojo kulinarično izkušnjo nadgradite z obiskom gourmet restavracije **Meet meat**, kjer bodo vaše brbončice uživale v tradicionalnih okusih njihovih lastnih izdelkov, pripravljenih na sodoben način. Poizkusite lahko tudi prekmurske gibanice in drugo prekmursko hrano v družbi lokalnih vin slovenskih vinarjev.

Če vas pot ne pelje v Prekmurje, lahko zavijete v Kodilo Gourmet pod Plečnikove arkade na glavni ljubljanski tržnici, kjer lahko preizkusite več vrst slastnih ocvirkov, prekmursko šunko,

pršute in paštete, kupite priboljške za kužke ali pa enega od njihovih »bestsellerjev« – krškopoljca ali mangalico. Okuse Prekmurja so prek **Gourmet & bistro** pripeljali tudi v BTC Ljubljana, kjer se lahko založite s Kodila mesninami ali pa preverite bogato ponudbo različnih pripravljenih malic in darilnih paketov.

Razveselite sebe in druge ter v njihovi spletni trgovini izberite svoje najljubše izdelke ali darilne pakete.

Njihova vrata so odprta vsem,

Ali ste vedeli?

Mangalica je prašič, ki je s svojimi ščetinastimi kodri videti kot ovca. Njihova posebnost so debele plasti maščobe izvrstnega okusa, ki niso škodljive in imajo številne zdravilne lastnosti.

ki iščejo pristnost, kakovost in lokalne okuse. Čeprav korenine segajo v tradicijo, ostaja obisk pri Kodili Gourmet svež, sodoben

in poln nepozabnih okusov. Za kulisami uspešne blagovne znamke stoji družina, ki s srcem in znanjem ustvarja nekaj več kot le mesne izdelke. Pogovarjali smo se z **Jankom Kodilo**, naslednikom družinske tradicije in vizionarjem, ki je podjetje popeljal v sodobni čas.

Na kateri produkt ste najbolj ponosni – in zakaj prav na tega?

Na prekmursko šunko, pršut mangelice in ocvirke – ker predstavljajo kulinarično kakovost in identiteto našega prekmurskega okolja. To niso le izdelki, ampak odsev naše tradicije, znanja in lokalnih surovin.

Imate svoj najljubši krožnik na meniju v restavraciji Meet Meat?

Ocvrta jetra mangelice, ribeye steak, dodoli, steak burger ... in še marsikaj drugega. Vsaka jed ima svojo zgodbo in okus, ki ga rad delim z drugimi.

Ste v družini ljubitelji ocvirkov? Redni obiskovalci ljubljanske tržnice poznamo tri vrste vaših ocvirkov na rinfuzo oz. v lastni embalaži. Menda pa jih imate v Pomurju precej več?

Seveda – kdo se lahko upre dobrim ocvirkom? Vse vrste, ki jih izdelujemo v Markišavcih, so na voljo tudi na ljubljanski tržnici. Zdaj dodajamo še ocvirke mangelice za zabelo – nekaj posebnega za ljubitelje prekmurskih okusov.

“ UNP nam omogoča natančno in hitro toplotno obdelavo, kar je ključnega pomena za kakovost jedi.

Kako gledate na izzive sodobnega časa – od trajnosti do vse večje priljubljenosti rastlinskih alternativ?

Ključno je, da je hrana kakovostna – ne glede na to, ali je rastlinskega ali živalskega izvora. Tudi vsa zelenjava



ni zdrava, če je pridelana intenzivno in z veliko kemije. Pomemben je način pridelave in reja – ekstenzivna pridelava, brez pretirane uporabe fitofarmaceutskih sredstev, brez hormonov. Hrana je zdravilo. Za zdravo telo potrebujemo uravnoteženo kombinacijo – tako zelenjave kot mesa.

Krškopoljec ali mangelica?

Oboje – vsak ima svoje prednosti. Krškopoljec po slovenski tradiciji, mangelica je povezana s Prekmurjem in Panonsko nižino. Vsak prašič je poseben po teksturi in aromi. Težko je izbirati med dvema vrhunskima izdelkoma.

Vaša ponudba ni le kulinarično bogata, ampak tudi družbeno odgovorna – sladice nastajajo v sodelovanju z invalidskim podjetjem, v spletni trgovini pa ponujate izdelke lokalne znamke »Diši po Prekmurju«. Kako pomembno vam je povezovanje z ljudmi in okoljem?

Zelo pomembno. Kot podjetnik črпам navdih iz okolja – to mi daje identiteto, surovine in ljudi. Verjamem v povezovanje. Rek pravi: »Če želiš priti daleč, hodi skupaj.«



Preverite vrhunsko ponudbo v **spletni trgovini Kodila Gourmet!**

Več nas je uspešnih v regiji, bolj rastemo vsi. Kar daš okolju, se ti vedno vrne.

Kot energent uporabljate utekočinjen naftni plin (UNP), kar ni ravno samoumevna izbira v današnjem času. Katere so po vašem mnenju njegove glavne prednosti v gostinstvu in proizvodnji – z vidika zanesljivosti, učinkovitosti ali okoljskega vpliva?

UNP nam omogoča natančno in hitro toplotno obdelavo, kar je ključnega pomena za kakovost jedi. Plin je učinkovit, ekonomičen in zagotavlja stabilno, nemoteno oskrbo z energijo.

V kuhinji pomeni zanesljivost in fleksibilnost, ki ju pri sodobni pripravi hrane nujno potrebujemo. ⚡

Pri Kodili Gourmet lahko kupite bograč v kozarcu, lahko pa ga pripravite sami po našem receptu (tisti od Kodile je skrivnost).

RECEPT

PREKMURSKI BOGRAČ

Sestavine (za 6 oseb)

- 500 g svinjine (pleče ali vratovina)
- 500 g govedine (bočnik ali vrat)
- 500 g divjačine (npr. srna ali jelen)
- 3–4 čebule (večje)
- 3 stroki česna
- 3 srednje veliki krompirji
- 2 žlici mlete sladke rdeče paprike
- 1/2 žličke pekoče paprike (po okusu)
- 2 lovorjeva lista
- 1 žlica paradižnikove mezge
- 2 dl rdečega vina
- sol, poper po okusu
- mast (lahko jo nadomestimo z oljem)

Postopek priprave

Čebulo sesekljam na drobno in jo v velikem kotlu ali loncu počasi pražimo na masti ali olju, dokler lepo ne porumeni.

Dodamo sesekljan česen, sladko in pekočo papriko ter takoj nato še meso, narezano na enakomerne kose. Najprej dodamo govedino in dušimo na zmernem ognju, nato svinjino in nazadnje divjačino – glede na trdoto. Po potrebi dodamo malo vode in pražimo, da meso dobi barvo.

Dodamo paradižnikovo mezgo, lovorjeva lista, sol in poper. Dolijemo vino in kuhamo na nizkem ognju vsaj 3 ure, lahko pa tudi dlje. Pomembno je, da se meso zmehča in vezivno tkivo želira. Po potrebi dodamo tekočino. Bograč naj nežno vre, da se okusi dobro razvijejo.

Kuhanemu bograču na koncu dodamo še na kose narezan krompir, ki smo ga skuhal v slani vodi. Vse skupaj še malo pokuhamo. Po potrebi začínimo.

Jed postrežemo s svežim kruhom, po želji z žlico kisle smetane ali s kozarcem rdečega vina. 🍷





ZAKLADNICA ZDRAVJA IN DOMAČIH OKUSOV SKOZI VSE LETO

Ko se poletje prevesi v jesen, nas vrtovi in tržnice razveseljujejo z obiljem sveže zelenjave in sadja.

Vsako leto se najde vsaj ena zelenjava, ki so ji vremenske razmere odgovarjale, in tako sledi dilema, kam z vsemi bučkami, zeljem ali kumarami. Priprava ozimnice je stara, a še vedno aktualna tradicija, ki nam omogoča, da ujamemo najboljše okuse letine in jih shranimo za zimo, pri tem pa imamo sami nadzor nad kakovostjo sestavin. Brez umetnih barvil ali kemičnih konzervansov poskrbimo, da je naša ozimnica zdrav, okusen in cenovno ugoden način, da popestrimo jedilnik v hladnejših mesecih.

Na kakšne načine lahko pripravimo ozimnico?

Na grobo poznamo tri načine, s katerimi lahko hrani podaljšamo rok trajanja – zamrzovanje, konzerviranje in fermentiranje.

Zamrzovanje

Če zamrznemo svežo zelenjavo, s tem ohranimo veliko vitaminov,

mineralov in hranilnih snovi, ki se sicer v termični obdelavi izgubijo. Uvožen brokoli bo denimo iz Španije v Slovenijo potoval teden dni in zaradi izpostavljenosti svetlobi, hranjenja v hladilnicah pri tem izgubil tudi do 70 % vitamina C.

Pri sadju pa je razlika še toliko večja, saj je zaradi lažje logistike in večjega izkoristka običajno obrano nezrelo. Dozori šele v posebnih zorilnicah s pomočjo dodajanja etilena ter natančnega nadzora temperature in vlage. Zamrznjeno sadje in zelenjavo je najbolje porabiti v roku 6–9 mesecev.

Konzerviranje

Konzerviranje je najbolj splošno poznana oblika shranjevanja hrane. Pri tem kot naravni konzervansi običajno pomagajo kis, citronska kislina, sladkor ali olje. Konzervirana hrana je običajno tudi termično obdelana. Zaradi tega je hranilna vrednost te hrane nekoliko nižja, a prav to ji ob pravilnem shranjevanju podaljša rok trajanja tudi do dve leti.

Fermentiranje

Navsezadnje pa ne smemo pozabiti tudi na fermentiranje.

Brez tega procesa se ne bi vsak začetek leta veselili sarm na naših jedilnikih. Fermentacija zelenjave je naravni proces, pri katerem koristne bakterije (predvsem mlečnokislinske bakterije) razgradijo sladkorje v zelenjavi in jih pretvorijo v mlečno kislino. Ta kislina konzervira zelenjavo, ji da značilen kislino-svež okus ter izboljša prebavljivost in hranilno vrednost.

Pri fermentaciji je ključna sestavina sol, ki deluje kot zaščita pred škodljivimi mikrobi, sredstvo, ki izvleče vodo v zelenjavi in spodbuja delovanje koristnih mlečnobeljakovinskih bakterij.

Če v fermentaciji uporabljamo žive kulture in hrane ne steriliziramo ali pasteriziramo po koncu fermentacije, bo hrana vsebovala naravne probiotike, imela bo boljše absorpcijo hranil (saj fermentirana hrana razgradi antinutriente) ter imela pozitivne učinke na našo imunsko odpornost. Fermentacija poteka na sobni temperaturi, postopek pa traja 7–14 dni. Fermentirane izdelke moramo hraniti v hladnem prostoru (saj se sicer proces ne ustavi), uporabni pa so od šest do devet mesecev. ☺

SPLETNI NAKUPI VEDNO CENEJE

Konec pomladi je naša trgovina doživela majhen, a pomemben preobrat – preselili smo se nekaj metrov bližje Verovškovi ulici, na lokaciji naše nekdanje črpalke.

Tukaj vas pričaka še vedno ista, strokovno podkovana in prijazna ekipa, ki ima rešitev za vsak izziv, povezan s plinsko napravo. Še vedno boste v trgovini našli širok nabor izdelkov, brez težav vam bomo napolnili turistično jeklenko ali postregli s polno Zeleno jeklenko, za tiste, ki si raje prihranite pot, pa je vedno na voljo spletna trgovina. V njej so izdelki tudi do 10 % ugodnejši. Le pri naročilu plinskih jeklenk bodite pozorni – zaradi vsebnosti plina jih ne moremo poslati po pošti, za njih je možen le osebni prevzem.

Izkoristite sezono kostanja in poenostavite pripravo z uporabo bobna za kostanj El plin. Z bobnom bo peka kostanja povsem enostavna, kostanj pa po 20–30 minutah ravno prav pečen z vseh strani. Le nabrati in narezati ga boste morali sami.



Boben za kostanj El plin

Svojo letno kuhinjo lahko nadgradite s **plinskim gorilnikom Gorenc (premer 40 cm)**. Ozimnico običajno pripravljamo v večjih količinah in potrebujemo tudi več kot 10-litrsko posodo in močnejši gorilnik, kakršnega pri vsakodnevni uporabi v kuhinji običajno nimamo. Gorilnik bo dobrodošel tudi, če se boste lotili priprave hrane za večjo družbo.



Plinski gorilnik Gorenc, premer 40 cm

Pedoči na buzaro

Če boste za glavno jed pripravljali pedoče na buzaro za 8-člansko družbo, boste potrebovali 4–5 kg školjk in vsaj 10-litrski lonec. Priprava take količine hrane lahko na električnih štedilnikih predstavlja izziv, zato raje izberite plinski gorilnik.



Litoželezni kotliček

Če pa se raje kot za plin odločite za pripravo hrane na ognju, bo za vas pravi 10-litrski »ciganski« **litoželezni kotliček**, ki zaradi materiala ni le izjemno kakovosten in uporaben, ampak tudi vizualno lep. Idealno darilo za vse ljubitelje narave.

Jesen pa s seboj prinese tudi prve nizke temperature in muhasto vreme. Zato je dobro, da smo pripravljeni s **paraboličnim grelcem**, ki nam prav pride

tudi v prostorih, kjer nimamo električnega priključka, oz. v razmerah, ko ostanemo brez elektrike. Z močjo 2,6 kW in porabo plina 190 g/h se lahko zanesete, da bo grelec poskrbel za prijetne temperature.



Parabolični grelec

Če morate ogreti večji prostor, kjer ni centralnega ogrevanja, bo za vas prava izbira **plinska peč** z močjo 4,2 kW. Peč ne potrebuje povezave z dimnikom ali katero drugo napeljavo, treba je le zagotoviti zadostno prezračevanje prostora.



Plinska peč

Vsi, ki boste jesen izkoristili za potovanja, pa se boste lahko pogreli z **Buddyjem**. Gre za izjemno kakovosten in varen plinski grelec (certifikat CE), ki lahko ogreva prostor v velikosti do 23 m² in deluje približno 3–6 ur pri uporabi 450 g kartuše z navojem 7/16 butan.

Prednost plinskega grelnika Buddy je samodejni izklop v primeru prevrnitve in prenizke koncentracije kisika v zraku.

V jeseni pa ne smemo pozabiti na varnost. Z novo ogrevalno



Spletne cene veljavne na dan 1. 9. 2025. Zaloge so omejene.



198,⁸⁶ €

Grelnik Buddy

sezono pred vrati je to pravi čas za nakup plinskih detektorjev oz. detektorjev monoksida. **Detektor plina Kidde 703 WiFi** v kuhinjah in kurilnicah zaznava gorljive pline, kot so metan, butan in propan, njegova funkcija pa je opozarjanje na morebitno nevarnost eksplozije.

Ob uporabi zemeljskega plina (metan) moramo detektor namestiti visoko na steni, saj je metan lažji od zraka, medtem ko pri uporabi utekočinjenega naftnega plina (butan ali mešanica butan-propan) detektor nameščamo nizko (blizu tal), saj je težji od zraka in se zadržuje pri tleh. Prednost detektorja je poleg dolge garancije in ugodne cene tudi Wi-Fi povezava.



33,⁰⁹ €

Detektor plina Kidde 703 WiFi



25,⁰¹ €

Detektor monoksida Kidde 2030 DCR

Če pa v svojem domu uporabljate fosilna goriva (les, kurilno olje, premog) – tudi če le za kamin ali krušno peč, pa vas bo detektor monoksida **Kidde 2030 DCR** opozoril na nepopolno izgorjevanje in ogljikov monoksid, ki pri tem nastaja. Ker gre za plin brez vonja, žrtve običajno ob izpostavljenosti preprosto zaspijo in se ne zbudijo več, zato ga imenujemo tudi tihi morilec. Detektor nameščamo v višini oči (približno na višino 1,5 m), priporočljivo v bližini spalnice. ⚡

KAKO OPTIMIZIRATI SVOJ DOM IN ZMANJŠATI PORABO ELEKTRIKE GOSPODINJSKIH APARATOV?

Ste se kdaj vprašali, koliko elektrike porabi vaše gospodinjstvo – vsak mesec ali skozi vse leto?

Berite dalje in izvedeli boste, kaj prispeva k najvišji porabi energije ter kako s pomočjo tabele, ki smo jo pripravili za vas, prevzeti nadzor nad porabo in stroški električne energije.

Poraba električne energije v gospodinjstvu ostaja eden ključnih stroškov, na katere lahko z majhnimi spremembami močno vplivamo. Čeprav se gospodinjški aparati stalno tehnološko izboljšujejo in postajajo energijsko učinkovitejši, raziskava energetske učinkovitosti Slovenije (REUS 2023) kaže, da še vedno večina gospodinjstev porabi največ energije za ogrevanje vode, kuhanje in hlajenje prostorov. Več kot 80 % anketiranih slovenskih gospodinjstev razmišlja o učinkovitejši rabi energije, predvsem s ciljem prihranka denarja.

Katera naprava porabi največ?

Informacija o porabi elektrike gospodinjstev pomaga pri razumevanju stroška uporabe naprav ter pripravi plana zmanjševanja količine porabe in zmanjševanja vpliva na okolje.

Po podatkih raziskave gospodinjstva največ elektrike porabijo za:

❄️ hlajenje in zamrzovanje (hladilniki, zamrzovalne skrinje) – povprečno okoli 25–30 % letne porabe,

👨‍🍳 pripravo hrane (kuhalniki, pečice, pomivalni stroji) – okoli 15–20 %,



🏠 pranje in sušenje perila – okoli 10–15 %,

💧 ogrevanje vode (bojlerji, pretočni grelniki) – odvisno od vira ogrevanja lahko preseže tudi 30 % pri električnih bojlerjih,

💡 razsvetljava in elektroniko – okoli 10–15 %.

Kako lahko zmanjšate porabo?

Cen energentov žal ne morete nadzorovati, lahko pa veliko naredite sami – z bolj premišljenim ravnanjem lahko porabite manj elektrike. V nadaljevanju boste našli nekaj preprostih nasvetov, ki vam lahko pomagajo pri tem:

✅ **Hlajenje hrane:** Če imate zamrzovalni predal v hladilniku, ta porabi manj energije kot samostojni zamrzovalnik. Na porabo elektrike najbolj vplivajo vrsta

aparata, starost in stanje, velikost in energijski razred, nastavljena temperatura hlajenja in zamrzovanja ter količina izdelkov. Poskrbite, da bo temperatura v hladilniku okoli 5 °C, v zamrzovalniku pa ne nižja od –18 °C, saj nižje temperature pomenijo večjo porabo elektrike. Hladilnika ne odpirajte po nepotrebem in ga redno odtajajte.

✅ **Kuhanje:** Kadar koli je mogoče, med kuhanjem uporabljajte pokrovko ali ekonom lonec – tako se hrana skuha hitreje in z manj energije. Vodo za kuhanje lahko najprej segrejete v električnem grelniku, kar je pogosto bolj varčno.

✅ **Pomivanje posode:** Pomivanje posode v pomivalnem stroju je na primer učinkovitejše oziroma varčnejše od ročnega pomivanja, a le če imamo

za pomiti zadostno količino posode. Stroj vključite, ko je res poln. Če ne moti drugih v gospodinjstvu, pomivajte v času, ko je elektrika cenejša (običajno ponoči ali zgodaj zjutraj). Preverite tarifni sistem vašega ponudnika elektrike. Izbirajte energijsko učinkovite aparate z oznako A++ ali A+++.



✓ **Pranje in sušenje:** Varčnejši pralni stroji lahko porabijo tudi do 40 % manj energije in vode. Izbirajte energijsko učinkovite aparate, najmanj z razredom C. Perilo perite, ko je boben poln, in izberite programe z nižjo temperaturo (najbolj optimalno je prati na 60 oziroma 40°C ali manj). Če je mogoče, perite in sušite v času cenejše tarife, za večjo učinkovitost se lahko izognete predpranju in preveliki količini pralnega praška ali mehčalca. Poleti perilo raje sušite zunaj – sonce je brezplačno!

✓ **Razsvetljava:** Luči naj bodo prižgane le tam, kjer jih res potrebujete. Uporabljajte varčne LED-sijalke – porabijo manj elektrike in trajajo dlje.

✓ **Delo in zabava:** Televizor, računalnik in druge naprave

izklopite, ko jih ne uporabljate. Tudi stanje pripravljenosti (t. i. »standby«) porablja energijo. Uporabite razdelilnik s stikalom, da lahko več naprav hkrati izklopite. Največ pa boste naredili, če zmanjšate količino časa, ki ga preživite pred televizijskimi zasloni.

Kako spremljati svojo porabo?

Najboljši način za nadzor nad stroški je sprotno spremljanje porabe. Spodaj je **priročna tabela**, ki si jo lahko izrežete in vsak mesec beležite, koliko elektrike porabijo vaše posamezne naprave. Tako boste hitro opazili nenavadna odstopanja. Za pravilen izračun porabe elektrike moramo storiti naslednje – preveriti moč aparata in jo pomnožiti z urami delovanja,

zato se njegova poraba izraža v kilovatnih urah. ⚡

NAMIG

Uporabite pametne vtičnice, ki merijo porabo posamezne naprave. Pametne vtičnice so zelo enostavne za uporabo, saj ne potrebujejo polnjenja in jih enostavno priključite v klasično vtičnico. Pomembno je, da se pametna vtičnica ujema z vrsto vhoda na klasični vtičnici. Omogočajo izklop naprav na daljavo ali po urniku, merjenje porabe energije, kar vam pomaga prepoznati »požrešne« naprave, nekatere pa imajo tudi zaščito pred preobremenitvijo, kar naredi vaš dom varnejši.



Poraba po kWh													
Naprava	JAN	FEB	MAR	APR	MAJ	JUN	JUL	AVG	SEP	OKT	NOV	DEC	Skupaj
Hladilnik/ zamrzovalnik													
Pralni stroj													
Sušilni stroj													
Bojler													
Pečica/kuhalna plošča													
Pomivalni stroj													
Razsvetljava													
Elektronika (TV, PC)													
Drugo													
Skupaj (kWh)													

Primer izračuna porabe elektrike za pralni stroj: Na vsaki električni napravi najdemo nalepko, ki vsebuje osnovne podatke o napravi – med drugim tudi, koliko moči porabi. Ta podatek je naveden v vatih (W) ali kilovatih (kW). Če ima moč 2000 vatov in deluje eno uro, pomeni, da porabi 2000 vatov elektrike za eno pranje. Ker je 1000 vatov enako 1 kilovatu, to pomeni, da poraba znaša 2 kilovatni uri (kWh). Če želimo izračunati, koliko elektrike porabi pralni stroj v enem mesecu, preprosto pomnožimo moč naprave s številom ur, kolikor je bil v uporabi v tistem mesecu.



ZAKAJ GIBANJE GRADI ZDRAVE OTROKE?

V času, ko otroke vse pogosteje premamijo zasloni, je gibanje še pomembnejše. Telovadba ne krepi le mišic, ampak tudi možgane, gradi samozavest, zmanjšuje stres in dviguje razpoloženje.

Telesna dejavnost otrok in mladostnikov ima ključno vlogo pri njihovem celostnem razvoju. Z redno športno aktivnostjo otroci in mladostniki razvijajo zdrave življenjske navade, ki jim lahko koristijo vse življenje, hkrati pa se učijo discipline, vztrajnosti in timskega duha. Za dobro počutje in zdravje tako otrok kot odraslih je pomembno, da najdemo pravo ravnotežje med gibanjem in počitkom. Spanje in sprostitvev sta seveda nujna, a čez dan ne smemo pozabiti na dovolj gibanja in na to, da čim več časa preživimo stran od zaslonov in stola.

Ker šolsko leto prinese več sedenja, je še toliko bolj pomembno, da se otroci in mladostniki vsak dan dovolj razmigajo – **priporočljivo je vsaj eno uro na dan**. Vadba naj bo dovolj intenzivna, da med njo začutijo pospešen dihanje in se tudi malo preznojijo, hkrati pa naj ostane zabavna in prijetna. Prav tako je priporočljivo, da **vsaj trikrat tedensko vključijo bolj zahtevno aerobno vadbo**, ki krepi srce in pljuča, ter vaje za moč, ki krepijo mišice in kosti.

Različni športi – ključ do celostnega razvoja

Ko otroci preizkušajo različne športe – od plavanja in nogometa do gimnastike –, razvijajo celovito telesno in duševno zdravje. Športi spodbujajo mišično moč, koordinacijo, ekipni duh, natančnost in samodisciplino. Po drugi strani pa pokrivajo različne telesne motorike, kar zmanjšuje tveganje za poškodbe zaradi ponavljajočih se gibanj.

Po podatkih raziskovalne ekipe SLOfit, ki spremlja in nadgrajuje rezultate nacionalnega sistema spremljave telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine, ki ga poznamo tudi pod imenom Športnovzgojni karton (ŠVK), so bili otroci leta 2015 v primerjavi z letom 1991 kar 6 % težji, indeks telesne mase (ITM) pa se je med letoma 1939 in 2011 med ljubljanskimi 11- do 19-letniki povečal za tretjino pri fantih



in dobro petino med dekleti. Pokazalo se je tudi, da so bili leta 2015 otroci za 6 % manj vzdržljivi kot leta 1991, kar negativno vpliva na njihovo zdravje, pa tudi na šolsko učinkovitost.

Otroci in mladostniki prek rednega gibanja, predvsem teka in skakanja, pridobivajo kostno maso, kar zmanjšuje tveganje za razvoj osteoporoze in z njo povezanih zlomov v poznejšem življenjskem obdobju.

To je alarmanten znak, da je nujno treba povečati raznolikost in rednost športnih aktivnosti, saj šola s svojih povprečno 4,46 ure telesne vzgoje tedensko ni dovolj.

Vloga staršev in zgled, ki ostane

Starši imamo ključno vlogo – naši otroci nas opazujejo in posnemajo. Če bomo z aktivnostmi, kot so sprehodi, kolesarjenje ali preproste igre na prostem, vzpostavili gibanje kot družinsko navado, bomo krepili tudi njihovo vključenost.

Bolje je, da preizkušajo različne športe in najdejo tistega, ki jim bo prinesel veselje in dolgoročno navado. Gibanje v otroštvu pušča učinke vse življenje. Otroci, ki so bili redno gibalno aktivni, imajo kasneje (za do 50 %) manjše tveganje za kronične bolezni, kot so debelost, sladkorna bolezen tipa 2 ali bolezni srca, hkrati pa imajo boljšo zbranost, spomin in socialne veščine. Tak otrok postane srečen in zdrav odrasel – resnična naložba v prihodnost.

ZANIMIVOST

S povprečno 181 cm pri moških in 167 cm pri ženskah smo Slovenci med najvišjimi narodi na svetu.

Kaj lahko starši storimo?

- Bodite zgled: gibajte se skupaj – spoznajte zabavo gibanja.
- Pustite, da otrok preizkuša različne športe – vsaka dejavnost prinese nove spretnosti.
- Spodbujajte rednost: vsak dan vsaj 60 minut aktivnega gibanja, ne le občasno.
- Razmišljajte celostno: gibanje naj bo del vsakdanjika, ne dodatek ob vikendih.



Borut Hren, trener in predsednik Rokometnega kluba Izola

Kaj opazite pri otrocih, ki redno trenirajo? Kako se spreminjajo?

Kot trener in predsednik Rokometnega društva Izola z veseljem opažam, da redna vadba pri otrocih prinaša številne pozitivne spremembe – tako na telesni kot na čustveni ravni. Otroci postanejo bolj samozavestni, odgovorni in vztrajni. Opazimo večjo disciplino, izboljšano koncentracijo in močno razvito timsko razmišljanje.

Fizično postajajo močnejši, gibčnejši in bolj koordinirani, kar jim koristi tudi pri vsakdanjih opravilih in v šoli.

Poleg tega se razvije pravi športni duh – naučijo se, kaj pomeni spoštovanje, fair play, sodelovanje in kako se soočiti z zmago ali porazom. Velikokrat prav šport postane njihov varen prostor, kjer gradijo prijateljstva, premagujejo izzive in rastejo kot osebnosti.

Kaj svetujete staršem, ki se odločajo, kateri šport izbrati za svojega otroka?

Staršem vedno svetujem, naj prisluhnejo otroku in naj izberejo okolje, kjer se otrok dobro počuti. Pomembno je, da šport ne postane obveznost, ampak nekaj, kar ga veseli in motivira. Rokomet, na primer, je odličen šport za razvoj motoričnih sposobnosti in timskega duha. Na koncu je najpomembnejše, da otrok v športu uživa. 🏀

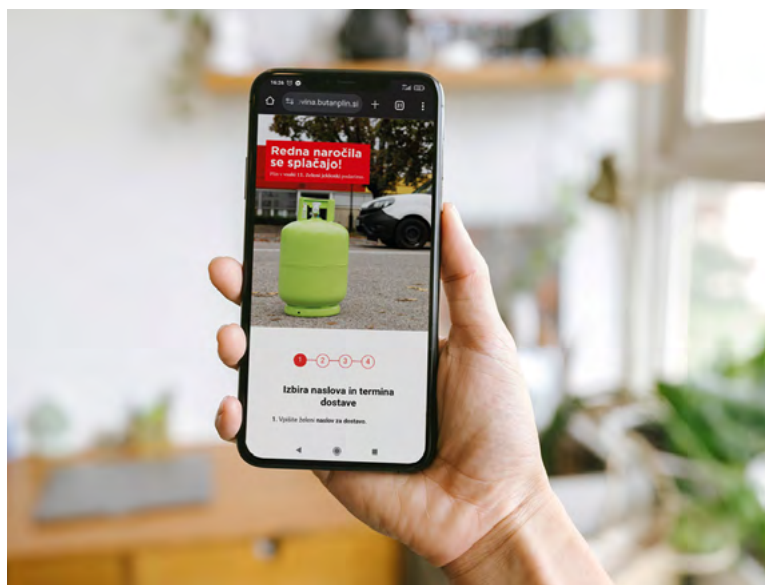


Webinar: Do energetske sanacije s podporo nepovratnih sredstev

Družba Borzen skladno z objavljenimi javnimi pozivi že vrsto let podeljuje nepovratna sredstva za investicije v nove proizvodne naprave za proizvodnjo električne energije iz obnovljivih virov energije. Da poslovnim partnerjem predstavimo, kako se lotiti prijave za razpise, na kaj morajo biti pozorni, kakšne prihranke omogoča učinkovito upravljanje z energijo ter kako pri tem lahko pomagamo v Butan plinu, smo posneli video predstavitev, ki je na voljo prav vsem. V sodelovanju z g. Mirkom Marinčičem, neodvisnim energetskim svetovalcem in Robertom Ferijem, specialistom za investicijske spodbude družbe Borzen, predstavljamo, kako do energetske sanacije s podporo nepovratnih sredstev.

Omogočena spletna plačila za Zeleno jeklenko

Na naši spletni strani lahko odslej nakup Zelene jeklenke z dostavo na dom poravnate kar s spletnim kartičnim plačilom. To pomeni, da nimate skrbi glede zadostne količine gotovine, ob dogovoru vam lahko jeklenko pustimo na lokaciji, jeklenko pa lahko poravnate tudi za drugo osebo (babico ipd.). In brez skrbi, če ugotovimo, da vam pripada enajsta jeklenka gratis, sprostimo sredstva nazaj na vaš račun. Poenostavite naročilo in poravnajte nakup plina v Zeleni jeklenki kar prek spleta.



Obiskali smo pomurski sejem AGRA

V zadnjem avgustovskem tednu smo z ekipo obiskali sejem AGRA in prek privlačne nagradne igre obiskovalcem predstavili naše storitve in prednosti energetskih rešitev z utekočinjenim naftnim plinom (UNP).

V kmetijstvu je namreč UNP zaradi enostavne dostopnosti, visoke kaloričnosti in nizkih emisij, še posebej privlačen, zato ga za ogrevanje uporabljajo tako v perutninarstvu, kot tudi v prašičereji, za sušilnice in še veliko več.

NOVICE

Poenostavite plačevanje računov s trajnikom

Direktna bremenitev (t. i. trajnik) je na voljo vsem strankam z mesečnim odjemom na področju ogrevanja in najema plinohramov, uredimo pa jo hitro in enostavno kar v Butan plinu. Vse, kar je treba urediti, je natisniti in izpolniti vlogo – sken ali sliko podpisane vloge pa nam pošljite na e-naslov eracuni@butanplin.si in uredili bomo vse potrebno. Če račune prejimate na svoj e-naslov ali v portal Moj Butan plin, boste kljub direktni bremenitvi račun še vedno prejeli v portal oziroma v svoj elektronski poštni predal.



←
Vloga za
direktno
bremenitev



Začenjamo 14. sezono projekta Varno na kolesu

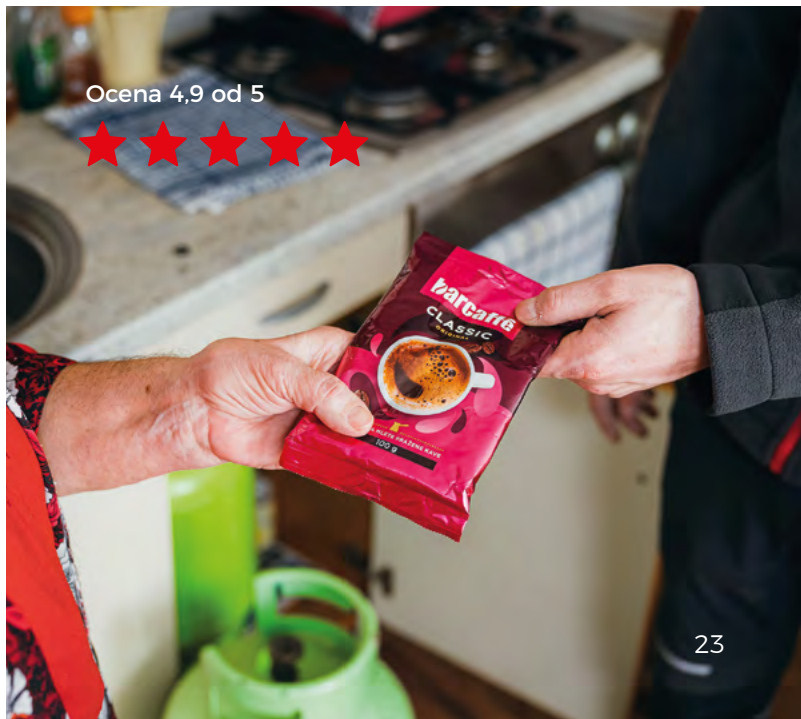
V mesecu maju smo zaključili 13. sezono družbeno odgovornega projekta Varno na kolesu, ki je letos povezal več kot 11.000 osnovnošolcev iz vse Slovenije. Med njimi so izstopali učenci OŠ Srečka Kosovela Sežana, ki so si prislužili prvo mesto v sklopu Postajam kolesar, ki je namenjen učencem, ki se pripravljajo na opravljanje kolesarskega izpita, v sklopu Aktivno na kolesu pa je postala skupna zmagovalka z več opravljenimi nalogami in velikim številom sodelujočih učencev OŠ Toneta Tomšiča Knežak. Vsem šolam iskreno čestitamo! Zunaj pa je tudi že nov razpis za udeležbo v 14. sezoni projekta Varno na kolesu – www.varnonakolesu.si – vabljeni!



Zadovoljstvo naših uporabnikov dostave Zelene jeklenke na dom

V okviru preverjanja zadovoljstva uporabnikov dostave Zelene jeklenke beležimo izjemen odziv – sodelovalo je skoraj 40 % povabljenih uporabnikov. Povprečna ocena storitve je dosegla kar 4,9 od 5, kar potrjuje visoko zadovoljstvo in zaupanje naših uporabnikov in je še dodatna spodbuda za nadaljnje izboljšave ter nadgradnjo naših storitev. Veseli nas, da uporabniki prepoznajo trud, ki ga vlagamo v zanesljivo in prijazno dostavo plina. Tudi v prihodnje bomo redno spremljali vaše potrebne in želje ter si prizadevali za še boljše uporabniško izkušnjo.

Ocena 4,9 od 5





VARNO NA KOLESU
PROGRAM DRUŽBE BUTAN PLIN S PARTNERJI

KOTIČEK ZA OTROKE



Po aktivnem poletju nikar ne nehajte kolesariti ali se ukvarjati z drugimi športnimi aktivnostmi, saj ste celo poletje gradili kondicijo. Kolesarjenje jeseni in pozimi nam pomaga ostati v formi, uživati na svežem zraku in doživeti naravo na drugačen, zanimiv način.



Pozimi nas med kolesarjenjem pogosto ujame tema. Kaj lahko poleg obveznih luči in odsevnikov še uporabiš, da boš na cesti bolj viden?



Nosiš oblačila z odsevnimi trakovi ali odsevni telovnik.



Na čelado nalepiš odsevne nalepke.



Če je mogoče, izbereš dobro osvetljene in manj prometne ceste ali kolesarske steze.



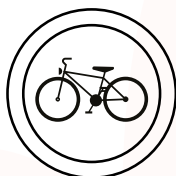
Ali ste vedeli?

Povprečna pot, opravljena s kolesom v 2021, je bila dolga **6 kilometrov in je trajala 25 minut**. Približno dve tretjini poti, opravljenih s kolesom, je bilo krajših od 5 kilometrov, 44 % pa jih je trajalo 10 minut ali manj.

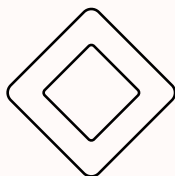
Pravilno pobarvaj prometne znake.



samostojni prehod za kolesarje



prepovedan promet za kolesa



prednostna cesta



V Sloveniji najdemo **dve Kolesarski poti** (ena je v občini Ljubljana, druga pa v občini Vrhnika) in **eno Kolesarsko ulico** (občina Tišina); na njih je na začetku letošnjega leta živelo skupno 287 prebivalcev.

Vir: SURS



V Butan plinu smo skupaj s partnerji že pričeli s 14. sezono programa Varno na kolesu. Preverite pogoje razpisa na varnonakolesu.si in se nam pridružite!

					AVTOR MARKO BOKALIČ	SADNA MEZGA ZA NAMAZ	ŽELEZNA OJACITEV V BETONU	PASTIRSKA KOČA NA PLANINI	LJUDO-ZEREC	ALEŠ KLINAR		NAJSTA-REJSI NOETOV SIN	STOJALO ZA GOREČE TRSKE, ČELESNIK	GLAVNO MESTO GANE	VSUTJE			
					PREDMET ZA ZAKRITJE OBRAZA							POLOŽAJ TELESA PO VOJAŠKO ELEKTRIČ. MOR. RIBA						
					STARO-PERZIJSKI KRALJ													
					TRAVNIŠKA ZDRAVILNA ZELIKA						KAMBOŠKO LJUDSTVO IGRALKA IN PEVKA JANKOVIČ							
					GLAVNO MESTO FILIPINOV								DEL KRAJA PRI GRO-SUPLJEM					
					LATINSKI VEZNIK					POTISKANA TKANIŃA S POMOČJO VOSKA MISTERIJ							PRITOK SAVE IZPOD POLŠNIKA	NAŠE MORSKO LETOVIŠČE
					NAŠ IZDE-LOVALEC MONT. HIŠ ZAD. DEL ČREVEŠA								KUHINJSKA NAPRAVA ZA ODVOD SOPARE					
											DEL ROKE							
												MATJAŽ TANKO						
GRAFIČNO OBLIKOVANJE MATEVŽ BOKALIČ	ROMAN BREZ UMETNIŠKE VREDNOSTI	BREZKUŽNI ODDELEK V BOLNIŠNICI	SLUŽBA, ZAPOSLITEV	DALMATIN. MESTO GORA NAD ŽELEZNO KAPLO				LITERARNA JUNAKINJA DESENIŠKA	GL. MESTO BELORUSIJE NEKD. GR. DRŽAVNIK (KOSTIS)									
NAŠA ALPSKA DOLINA IN REČICA							SOSEDNJA DRŽAVA											
							RODITELJ											
VRŠILEC DEJANJA V STAVKU						PISEC POVESTI MIKLOVA ZALA (JAKOB)				ANGLOAM. PLOŠČINSKA MERA FR. OBALNO MESTO								
VRTNA ZDRAVILNA IN ZAČIMBNA RASTLINA						ZEMLJIŠČE IME VEČ ANTICNIH GRŠKIH MEST					TITAN	FORDOV MALČEK POD-STREŠJE (NAREČNO)						
PRINOS PLENA H GOSPO-DARJU						RASTLINE SLANIH TAL NEKD. NEM. POLITIK (KLAUS)							DUŠIK					
													METRONOM					
NIKOLA TESLA			AM.-BRIT. FIZIK IN IZUMITELJ BENJAMIN THOMPSON	RUMENO RJAVA BARVA VELIKA MONARHIJA				NACIONAL-SOCIALIST MAJHNO VODNO PLOVILO						PROSTOR-NINA POSODE V LITRIH				
NERAZUM-LJIVA GOVORICA, LAŤOV-SČINA											PAVEL PO MADŽAR-SKO							
NASELJENO OBMOČJE ZEMLJE							ORGAN, KI OMOGOČA, DA VIDIMO			GOJIŠČE ZA BAKTERIJE	GORSKA REŠEVALNA PRIPRAVA PROFIT. DOBIČEK							
TURIS-TIČNI TABOR				OZNAKA KRŠKEGA SMUČARSKA SKAKALKA PREVC			GOZDNATI POLOTOK PRI DUB-ROVNIKU KIS (STAR.)					ENAKI CRKI BOMBAŽNA VLAKNIN. KOPRENA						
	ANGLEŠKI SENZACIO-NALISTIČNI ČASOPIS	FR. TEOLOG IN PESNIK (FRANCOIS) HODILNA POVRŠINA							USTNA PRITOŽBA									
									PEVKA DEZMAN									
IZVRŠI-TELJ KAZNIVEGA DEJANJA								AMERIŠKA ZVEZNA DRŽAVA ZORAN LUBEJ										
ZADNJI CELJSKI GROF						VZKIP-LJIVEC												
IGRALKA STRAJNAR ZADNIK						KNJIGA Z ZEMLJE-VIDI					REKA V ČRNI GORI							

Slovorčec: HALOFITI – rastline, ki uspevajo na slanih tleh, RUMFORD – am.-brit. fizik, vojaški častnik in izumitelj, grof Benjamin Thompson

NAGRADNA KRIŽANKA

Izmed vseh prejetih kuponov številke jesen-zima bomo izžrebali:

1. nagrada: lesena deska za rezanje, kuhinjska krpa
2. nagrada: predpasnik in kuhinjska krpa
3. nagrada: lesen set za solato in kuhinjska krpa
4. nagrada: lesen set za solato in kuhinjska krpa
5. nagrada: vrečka za večkratno uporabo in kuhinjska krpa

Nagradni kupon z geslom križanke in v celoti izpolnjenimi podatki pošljite na naslov: Butan plin d. d., Verovškova ulica 64a, 1000 Ljubljana (s pripisom NAGRADNA KRIŽANKA), najkasneje do 15. decembra 2025. Nagrajenci bodo obveščeni po pošti, njihova imena pa bodo objavljena na spletni strani in v naslednji številki revije.

NAGRADNI KUPON

Geslo križanke:

Ime in priimek:

Naslov:

Poštna številka in kraj:

E-naslov:

Podpis:

Vsi podatki so obvezni. S podpisom izrecno dovoljujem in soglašam, da sme podjetje Butan plin, d. d., Ljubljana, kot upravljenec zbirk osebnih podatkov, pridobljene osebne podatke uporabiti in obdelovati v skladu z določili Zakona o varstvu osebnih podatkov ter z namenom, ki je določen v nadaljevanju. Upravljenec obdeluje osebne podatke stranke (ime in priimek, naslov, pošto številko, telefon, kraj, e-naslov) z namenom, da bo pridobljene osebne podatke uporabil za potrebe izvedbe nagradne igre in marketinških aktivnosti. Seznanjen/a sem, da lahko upravljenec prej naštetih aktivnosti posreduje našete osebne podatke pogodbenim sodelavcem, s katerimi ima oziroma bo imel sklenjene pogodbe o obdelavi osebnih podatkov in ki podatke obdelujejo ali bodo obdelovali v njegovem imenu in za njegov račun.



NAGRAJENCI ŠTEVILKE POMLAD – POLETJE 2025:

1. **nagrada:** copati, drobižnica in bidon – Gorazd Rupnik, Sovodenj
2. **nagrada:** copati, predpasnik – Jožica Golež, Podplat
3. **nagrada:** predpasnik in kuhinjska krpa – Jožica Habjanič, Ptuj
4. **nagrada:** bidon in drobižnica – Silva Jumerovič, Kidričevo
5. **nagrada:** bidon in drobižnica – Pepca Brlan, Brezovica

POŠLJI FOTOGRAFIJO IN OSVOJI NAGRADO!

KAJ JE POTREBNO STORITI?

1. Fotografirajte kako uporabljate Zeleno jeklenko (poleg Zelene jeklenke ste lahko seveda tudi vi na fotografiji) – morda jo uporabljate za žar, s pečico za peko pice, v kuhinji, pri žganjekuhi...
2. In pošljite fotografijo na marketing@butanplin.si ali prek zasebnega sporočila Facebook Zelena Jeklenka do 16. 11. 2025.

Izmed vseh sodelujočih bomo izžrebali 1 nagrajenca, ki prejme žar **ELP 610 in 10 nagrajencev, ki prejmejo DARILNI BON** v vrednosti 20 € za spletno trgovino.

S pošiljanjem fotografije se strinjate tudi z njeno objavo v medijih Butan plina – več o pogojih nagradne igre na spletni strani www.butanplin.si/zelena-jeklenka/nagradna-igra.



Pošlji
fotografijo



080 1005



BUTAN PLIN

S plinsko kondenzacijo

tudi do 20 % **prihranek** energije

- Paketi plinskega kotla z dostavo, osnovno montažo in zagonom.
- V ponudbi več različnih, priznanih proizvajalcev (Daikin, Vaillant, Bosch, Beretta in drugi).
- Možnost obročnega odplačila (do 12 obrokov).*



Ponudba in naročila:



*Velja za nove in obstoječe stranke Butan plina z odjemom plina UNP.

Vaši prijatelji še ne uporabljajo Zelene jeklenke?

Priporočite jo in prejmite nagrado!

- Za priporočilo prijatelju prejmete 3x plin v Zelene jeklenki za 25,38 € + brezplačno dostavo.
- Za priporočilo poslovnemu uporabniku prejmete Zeleno jeklenko ali DARILNI BON (40 EUR) za Specializirano trgovino za plin in plinsko jeklenko.*

Skenirajte kodo in priporočite!



*Za uspešno priporočilo mora prijatelj naročiti Zeleno jeklenko, poslovni uporabnik pa skleniti pogodbo z Butan plinom. Več v splošnih pogojih na povezavi QR kode.

www.butanplin.si/pripleji-prijatelja



BUTAN PLIN

www.butanplin.si | 080 2005



BUTAN PLIN

Spletno naročilo zdaj tudi s plačilom!

Zakaj naročiti Zeleno jeklenko z dostavo prek spleta?

- Hitro in enostavno.
- Možnost izbire dneva dostave.
- Varno spletno plačilo (Mastercard, Visa).
- Dodatne ugodnosti: plin v 11. jeklenki gratis in darilo ob 4. in 7. točki zvestobe.



**Naročite
Zeleno
jeklenko!**

