

# 44

ZIMA 2024

# Hicoria

MAGAZIN



## Učinkovito zmanjšujemo hrup

V iskanju miru in tišine / 34

## Sodelovanje z dobavitelji

Skupaj gradimo zeleno prihodnost / 50

## Inovatorji

Prebojne rešitve za izzive prihodnosti / 58

## Spodbujamo

Zdrav razvoj mladih in skupnosti / 68

DOBRE PRAKSE IN  
NAVDIHUJOČE ZGODBE

## Skrbimo za zdravje

/ 04





**Bojan Gantar,**  
glavni direktor Hidrie

## ODGOVORNOST NAJPREJ IZKAZUJEMO V ODNOSU DO SEBE IN SVOJEGA ZDRAVJA

Po več zaporednih letih presenetljivo stabilnega poslovnega okolja in posledično predvidljivega poslovanja smo se letos soočili z izrazito nestabilno tržno situacijo, kar se je odrazilo tudi v našem poslovanju. V skupini Hidria bomo tako v letošnjem letu realizirali 380 milijonov evrov prihodkov, s čimer za preteklim letom zaostajamo za okoli 8 %.

Razlog za nižje prihodke od lanskih je nižja raven naročil, ki jo že od lanskega leta zaznavamo v segmentu industrijskih tehnologij. V zadnjem obdobju prihaja do zamika tudi pri naročilih rešitev za popolnoma elektrificirana vozila. V segmentu rešitev za hibridna vozila in programih ogrevalnih svečk za avtomobilske motorje pa zaznavamo visoko raven naročil.

Ne glede na spremenjene okoliščine v Hidrii ostajamo zavezani t. i. zeleni transformaciji naših procesov in transformaciji naših produktnih portfeljev. Preobrazba zahteva visoka vlaganja v nove tehnologije in razvoj novih izdelkov. Tako bomo letos samo v nove tehnologije in dodatne kapacitete vložili preko 35 milijonov evrov. Z visokimi vlaganji bomo nadaljevali tudi v prihodnjih letih.

Zavezani smo tudi družbeni odgovornosti, ki je v središču tokratne izdaje revije Hidria, s poudarkom na varnosti in zdravju zaposlenih. Odgovornost, eno od štirih ključnih vrednot Hidrie, najprej izkazujemo v odnosu do sebe in svojega zdravja. Samo zdravi se lahko odgovorno soočamo z osebnimi in profesionalnimi izzivi.

Za svoje zdravje lahko poskrbimo na številne načine. Gibanje je zagotovo eden od njih. Reklo pravi: »Če si ne moreš vzeti časa za gibanje, si ga boš moral vzeti za bolezen.« Meni se je daljnega maja 2001 pripetilo prav to. Od takrat skoraj ne mine dan, da ne bi ure časa namenil gibanju. Gibanje dojemam kot enega največjih osebnih privilegijev, saj poleg zdravja zagotovo prispeva tudi k socialni vključenosti in nas dela učinkovitejše pri vseh dejavnostih.

Prijetne izkušnje gibanja želim tudi vsem vam, drage sodelavke in sodelavci – vsem tistim, s katerimi se že redno pomenkujemo o lepoti gibanja in vam, ki se nam boste še pridružili. Praznični čas je zelo primeren za pozitivne spremembe! Ne pozabite, med stotimi razlogi zakaj ne oditi na kratek tek ali sprehod v mrzlo zimo, se raje oprite na en razlog, zakaj ravno to storiti! Zagotavljam, da nagrada, vsaj v obliki dobrega počutja, ne bo izostala!

Drage sodelavke in sodelavci, v imenu vodstva Hidrie se vam zahvaljujem za vaše predano delo in prispevek k razvoju skupine Hidria. Vam in vašim najbližjim želim lepe praznike in obilo zdravja, sreče in zadovoljstva v letu, ki prihaja!



34

# KAZALO

## SKRBIMO ZA ZDRAVJE

Dobre prakse in navdihujoče zgodbe

## UČINKOVITO ZMANJŠUJEMO HRUP

V iskanju miru in tišine

## POSLOVNI UTRIP

Mejniki in priznanja, na katere smo ponosni

## SODELOVANJE Z DOBAVITELJI

Skupaj gradimo zeleno prihodnost

## KILOMETRI

Najnovejša vozila s Hidriinim znanjem

## INOVATORJI

Prebojne rešitve za izzive prihodnosti

## SPODBUJAMO

Zdrav razvoj mladih in skupnosti

04

34

47

50

56

58

68



### DOBRODOŠLI NA STRANEH 44. ŠTEVILKE REVIJE HIDRIA

»Za vsako resnično spremembo potrebujemo sprožilec. Nekaj se nas mora dotakniti, da se odločimo,« pravi sodelavec Grega Orel. V tokratni številki revije Hidria iskreno deli svojo zgodbo o novoletni zaobljubi, ki jo je vzel zares in pri njej že več let vztraja.

Na prelomu leta razmišljamo o spremembah. Marsikdo v novo obdobje vstopa z željo, da bi bilo odslej drugače, boljše. Hkrati pa si želimo, da bi nas še naprej spremljalo vse dobro: zdravje, mir, uspeh, dobri odnosi.

O vsem tem pišemo na naslednjih straneh: o zdravju, ki mu v Hidrii posvečamo veliko pozornosti. O tišini in miru, ki ju – tudi z razvojem Hidriinih rešitev – iščemo v vse bolj hrupnem svetu. O zaupanju, spoštovanju, dobrih odnosih, ki jih gradimo med sodelavci, z dobavitelji in skupnostmi, v katerih živimo. O uspehih, ki smo jih dosegli v Hidrii in ustvarjalnih ekipah Hidriinih inovatorjev.

Zdravje, dobri odnosi, mir so vrednote, ki jih predvsem v prazničnih dneh najpogosteje želimo tudi drug drugemu. So temelj sreče, uspeha in zadovoljstva, tako v poslovnem kot osebnem življenju. Naj bo vsebina revije Hidria povabilo, da v prazničnih dneh in novem letu najdete čas za vse, kar je resnično pomembno. In morda navdih za nov začetek.

Iskrena hvala vsem, ki ste v reviji delili svoje zgodbe in izkušnje, ter vsem, ki jo boste z veseljem prebrali.

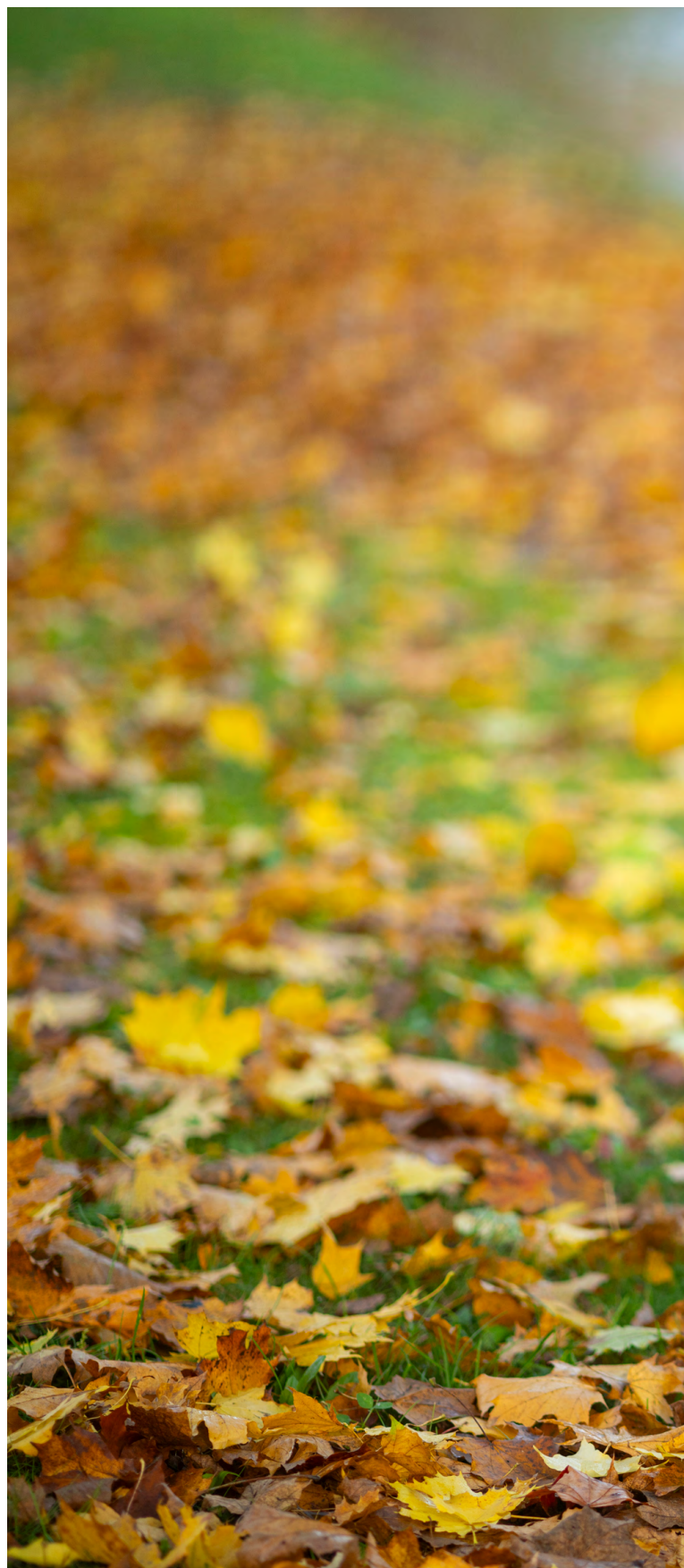
*Helena Pregelj, urednica*



# 01 Skrbimo za zdravje

Besedilo: Helena Pregelj, Tina Čuk, Sabina Vidmar, Kristina Smodila  
Fotografije: Robert Zabukovec, Kristina Smodila

V Hidrii se zavedamo, da je zdravje zaposlenih ključnega pomena – za podjetje in vsakega posameznika. Zato ustvarjamo delovno okolje, ki spodbuja zdrav življenjski slog. Naša prizadevanja vključujejo širok spekter aktivnosti, od zagotavljanja zdrave prehrane do spodbujanja športnih dejavnosti in aktivnih odmorov. Na naslednjih straneh boste našli navdihujoče zgodbe sodelavk in sodelavcev Hidrie, ki so s svojo vztrajnostjo in odločnostjo spremenili življenjske navade. Spoznali boste, kako v Hidrii z različnimi programi in pobudami skrbimo za zdravje zaposlenih.









GREGA OREL,  
vodja Hidriine lokacije v Kranju  
o spremembi življenjskega sloga



# Danes je vse lažje

Vrsta raziskav potrjuje, da ljudje novoletne zaobljube večinoma opustimo prej kot v enem mesecu, kljub temu da takrat, ko jih sprejmemo, trdno verjamemo v uspeh. Grega Orel, vodja Hidriine lokacije v Kranju, pa nasprotno dokazuje, da je z odločnostjo in vztrajnostjo mogoče novoletno zaobljubo spremeniti v nov, bolj zdrav in aktiven življenjski slog.

## **Grega, kaj je botrovalo odločitvi za spremembo življenjskega sloga?**

Dobro se spomnim dneva, ko sem se odločil. 1. januarja 2022 sva se z desetletnim sinom odpravila ven, da bi skupaj tekla. Sin je takrat že treniral nogomet. Ker je imel kdaj pa kdaj manj volje za treninge, sem ga želel s skupnim tekom spodbuditi in motivirati. Ko sva začela teči, pa sem opazil, da ga po dobrem kilometru nisem več dohajal. Bil sem ves zadihan. Takrat sem se zamislil.

### **Kakšni koraki so sledili?**

Prej nisem bil redno fizično aktiven, zato sem začel postopoma. Najprej sem se odločil, da bom šel vsak dan po službi na sprehod, vsaj pol ure. Naslednji cilj je bil dnevno prehoditi 10.000 korakov. Čez nekaj mesecev sem hojo zamenjal s tekom. K temu so me dodatno spodbudili tedanji sodelavci na Jesenicah, med katerimi je bilo kar nekaj tekačev. Dodatno spodbudo so predstavljale tudi tekaške prireditve, ki jih sponzorira Hidria. Tako je povsem spontano tek postal moj šport. Všeč mi je zaradi družbe in zato, ker pomaga zbistriti misli.

### **Je tako novoletna zaobljuba prerasla v nov način življenja?**

Res je. Dejstvo, da me je sin prehitel pri teku, me je kar malce šokiralo. Poleg tega se je začelo novo leto, nedolgo pred tem sem dopolnil 40 let. Več stvari se je povezalo in me spodbudilo k spremembi.

### **Vsaka sprememba zahteva veliko vztrajnosti. Kako je bilo z motivacijo?**

Nisem si zadal previsokih ciljev. Mislim, da je prav zato šlo kar gladko in približno po mesecu dni je gibanje postalo navada. Če sem od doma do neke točke najprej potreboval deset minut, sem si zadal, da naslednjič isto razdaljo premagam v devetih minutah in pol. Na ta način sem se lotil treningov in počasi višal intenzivnost.

### **S tem pa so se višali tudi cilji, kajne?**

Drži. Vedno sem si želel, da bi pretekel polmaraton, ne da bi vmes omagal ali hodil. Do danes sem ta cilj že večkrat

uresničil, nazadnje letos na Ljubljanskem maratonu in maratonu Blitz Bovec. Res je lepo, ko se na teh prireditvah srečamo s sodelavci iz Hidrie. Moj naslednji cilj je preteči 42-kilometrsko traso maratona.

### **Kako pa je bilo s prehrano?**

Za začetek sem si namestil aplikacijo in začel spremljati svojo prehrano. Prišel sem do zanimivih spoznanj. Na primer, včasih se mi ni zdelo nič posebnega, če sem za zajtrk pojedel dva rogljička. S pomočjo aplikacije pa sem ugotovil, da imata dva rogljička podobno energijsko vrednost kot na primer hamburger polpetka z jajčkom in še porcija bogatejše solate zraven. To predstavlja že dokaj zdrav obrok, ki tudi nasiti, medtem ko si po dveh rogljičkih hitro ponovno lačen, obrok je »prazen«, pa še zdrav ni najbolj. Uživanje hrane z visoko energijsko vrednostjo in malo hranilnimi snovmi sem zato omejil, nisem pa toliko pazil na same kalorije.

### **Aplikacija se je tako izkazala kot koristen pripomoček.**

Res je. Aplikacije in pametne naprave nam lahko pomagajo pri spremembah, predvsem pri prepoznavanju stvari, ki se nam prej niso zdele pomembne.

### **Odločitev za spremembo življenjskega sloga je prinesla izgubo kar 15 kilogramov, kajne?**

Res je, a hujšanje sem dojemal kot nekaj postranskega. Glavni cilj je bila boljša kondicija.

### **Kako so družina, prijatelji, sodelavci sprejeli preobrazbo?**

Zelo pozitivno! S tekom se je začela ukvarjati tudi žena. Zdaj se skupaj udeležujeva tekaških tekmovanj. Sčasoma se je spremenil tudi moj odnos do rekreacije. V času covida in omejitve gibanja na domačo občino smo z družino odkrili vse pohodniške poti v bližini Bohinjske Bele, kjer živimo. Za 12-kilometrsko pot od doma okoli Blejskega jezera in nazaj smo navadno potrebovali približno dve uri in pol. S seboj smo celo vzeli sendvič, vodo in kakšno čokoladico, popoldne po sprehodu pa v glavnem namenili počitku. Danes lahko isto pot pretečem v eni uri, pred kosilom, preostanek dneva pa namenim



delu ali drugim dejavnostim. To so ti premiki, ki jih opaziš šele s časom. Danes je vse bistveno lažje.

**Kaj bi na podlagi svojih izkušenj priporočil ljudem, ki se še odločajo za spremembo življenjskega sloga?**

Dobro je, če si zadamo cilje, za katere se moramo sicer potruditi, ampak jih lahko uresničimo. Potem pa je treba samo poskusiti. Spomnim se, da sem se sam moral prvi mesec še malce prepričevati. Po tem, ko sem prišel iz službe in smo z družino nekaj skupaj pojedli, se je bilo treba odločiti, da grem ven, namesto da bi večer preživel pred televizorjem. Po mesecu dni je navada, kot radi rečemo, prešla v kri.

**Če skleneva: boljša skrb za zdravje pomeni predvsem spremembo navad, ki jo dosežemo z ravno prav visokimi cilji in vztrajnostjo.**

Tako je, potrebno je investirati v svoje zdravje; konec koncev je to pod črto vredno največ. Za vsako resnično spremembo pa nujno potrebujemo tudi neki sprožilec. Nekaj se nas mora dotakniti, da se odločimo. Pri meni je bil sprožilec spoznanje, da pri svojih najboljših letih nisem zmoget preteči nekaj kilometrov. Ko smo stari 40 let, imamo morda občutek, da je vse v redu. Nismo bolni, zdi se, da se nam nič ne more zgoditi. Pride pa trenutek, ko spoznamo, da le ni tako. In takrat je čas, da se odločimo in pri tem vztrajamo.

**Najprej sem se odločil, da bom šel vsak dan po službi na sprehod, vsaj pol ure. Naslednji cilj je bil dnevno prehoditi 10.000 korakov. Čez nekaj mesecev sem hojo zamenjal s tekom.**

# Kako v Hidrii skrbimo za zdravje zaposlenih?



V Hidrii si prizadevamo za stalno izboljševanje delovnih pogojev in soustvarjanje delovnega okolja, ki zagotavlja zdravje, dobro počutje in zadovoljstvo zaposlenih.

## Zdrava prehrana

Na vseh lokacijah Hidrie je dnevno na voljo raznolika izbira malic, ki pogosto vključuje zelenjavo, sadje in druga živila lokalnih dobaviteljev. Na avtomatih s prigrizki so posebej označeni tisti, ki veljajo za bolj zdravo izbiro. Ob dnevu slovenske hrane za zaposlene pripravimo tradicionalni slovenski zajtrk. Posebno pozornost namenjamo tudi večkulturnosti Hidriine ekipe z zagotavljanjem prehrane, prilagojene različnim kulturam in prehranskim navadam.

## Voda

Na vseh Hidriinih lokacijah so nameščeni pitniki s hladno in toplo vodo. V poletnih mesecih so na voljo tudi ohlajene izotonične pijače in rehidracijski praški, v prvi vrsti namenjeni zaposlenim na toplotno bolj obremenjenih delovnih mestih.

## Ambasadorji zdravja

Hidriini ambasadorji zdravja so sodelavke in sodelavci, ki v svojih delovnih sredinah sodelujejo pri

promociji zdravja. Vodijo aktivne odmore in motivirajo sodelavce k udeležbi pri preventivnih programih ter športnih dejavnostih. Večinoma se rekreativno ukvarjajo s športom, vendar to ni pogoj za vključitev v skupino. Hidriin ambasador zdravja lahko postane vsak zaposleni, ki se zaveda pomena skrbi za zdravje.

## Aktivni odmori

Med delovnim časom v manjših delovnih skupinah organiziramo aktivne odmore. V ta namen smo posneli tudi video gradivo s kineziologinjo, ki prikazuje najbolj učinkovite vaje za celo telo. Aktivne odmore vodijo strokovna sodelavka za promocijo zdravja Tina Čuk in ambasadorji zdravja.

## Športne dejavnosti

Organiziramo pohode za ambasadorje zdravja in različne skupine zaposlenih. Spodbujamo in sofinanciramo udeležbo zaposlenih na številnih tekaških in kolesarskih maratonih ter rekreativnih športnih dejavnostih v prostem času, od plesa do fitnesa, funkcionalne vadbe, plavanja, pilatesa, joge.

Hidria v vseh lokalnih skupnostih kot pokrovitelj podpira dejavnosti različnih športnih klubov.

## Skrb za ergonomijo delovnih mest

Redno organiziramo ergonomske preglede delovnih mest in akcije, s katerimi stalno izboljšujemo delovne pogoje. Zaposlenim nudimo obvezno in priporočeno opremo za varnost in zdravje pri delu ter spodbujamo dosledno uporabo.

## Dnevi zdravja

Na vseh Hidriinih lokacijah enkrat letno organiziramo dan zdravja. Zaposleni lahko na dogodku opravijo test hoje, meritve krvnega tlaka, krvnega sladkorja, telesne in mišične mase. Seznanijo se s priporočili državnih preventivnih programov DORA, ZORA, SVIT za zgodnje odkrivanje in preprečevanje raka ter nacionalnega programa duševnega zdravja MIRA. Pogovorijo se lahko z zdravstvenim osebjem in gosti z najrazličnejših področij promocije zdravja.



Pri malici vzemimo toliko hrane, kot jo resnično potrebujemo. Tako bomo poskrbeli za manj zavržene hrane.

Želiš postati Hidriin ambasador zdravja?  
Pridruži se!



Ob lani organiziranem preventivnem ultrazvočnem pregledu vratnih arterij, ki smo ga organizirali v Hidrii, je bilo 10 % udeležencev napotenih na nadaljnje preiskave. Tako so bili pravočasno vključeni v ustrezno zdravstveno obravnavo.

Ste vedeli, da so krvodajalske akcije najbolj uspešne v Idriji, Škofji Loki in Cerknici? Lani, ob 70-letnici krvodajalstva v Sloveniji, je Rdeči križ Slovenije zaposlenim v Hidrii podelil priznanje za množično udeležbo na krvodajalskih akcijah.



**Tina Čuk,**  
**strokovna sodelavka za promocijo zdravja v Hidrii**

»Zavedamo se, da uspešno delovno organizacijo ustvarjajo zdravi sodelavci, ki delajo v spodbudnem delovnem okolju. Zato si stalno prizadevamo za izboljšanje organizacije dela in delovnega okolja, spodbujanje zaposlenih k aktivni udeležbi pri aktivnostih za varovanje in krepitev zdravja, omogočanje izbire zdravega načina življenja ter spodbujanje osebnostnega razvoja.«



## Predavanja in preventivni pregledi

Za zaposlene večkrat letno organiziramo predavanja in webinarje s strokovnjaki s področja telesnega in duševnega zdravja. Na lokacijah Hidriinih družb organiziramo tudi preventivne preglede, kot na primer: pregled kožnih znamenj, ultrazvok vratnih arterij ipd. Zaposlene aktivno spodbujamo h krepitvi zdravju koristnih in opuščanju zdravju škodljivih navad.

## Hitrejši dostop do zdravstvenih storitev

Zaposlenim v Hidrii nudimo možnost vključitve v zavarovanje Specialisti+, ki omogoča hitrejši dostop do pregleda pri specialistu, diagnoze, posega, zdravljenja in fizioterapije.



## Cepjenja

Hidria organizira in sofinancira cepjenje proti klopnemu meningoencefalitisu ter cepjenje proti gripi. Ob morebitnih urezninah in podobnih poškodbah so zaposleni urgentno cepljeni proti tetanusu.

## Krvodajalstvo

Med zaposlenimi v Hidrii je preko 300 prostovoljk in prostovoljcev, dejavnih na humanitarnih področjih. Najštevilčnejši med njimi so krvodajalci. Zaposlene aktivno spodbujamo k udeležbi na krvodajalskih akcijah.

## Duševno zdravje

Organiziramo predavanja strokovnjakov s področja duševnega zdravja. Zaposlenim omogočamo anonimno psihološko pomoč. Organiziramo tudi delavnice, namenjene učenju tehnik umirjanja.

## Ravnotežje med zasebnim in poklicnim življenjem

S številnimi aktivnostmi, kot so: fleksibilen delovni čas, možnost občasnega dela od doma in otroški časovni bonus, spodbujamo uravnoteženo življenje zaposlenih. Spoštujemo prosti čas in družinske obveznosti sodelavk in sodelavcev.

## Prva pomoč

Veliko pozornosti namenjamo ozaveščanju zaposlenih o pomenu prve pomoči. Odgovorne za prvo pomoč v posameznih delovnih sredinah redno izobražujemo in usposabljam. V ta namen smo izdali tudi Hidriino učno gradivo. Na vseh Hidriinih lokacijah so nameščeni defibrilatorji, torbe za prvo pomoč in informativne zloženke z navodili.



HIDRIINI ŠPORTNIKI O POMENU  
REDNE TELESNE DEJAVNOSTI

# Ključnih je prvih pet minut

Med zaposlenimi v Hidrii najdemo veliko športnikov – navdušenih tekačev, kolesarjev, pohodnikov, plavalcev, smučarjev, košarkarjev, nogometašev. Mnogi se ukvarjajo tudi z manj znanimi in manj množičnimi športnimi dejavnostmi. Vsak rekreativni športnik v Hidrii bi verjetno potrdil, da gibanje bistveno prispeva k dobremu telesnemu in duševnemu počutju, povezuje ljudi in prinaša veselje. **Nina Jan, Sabina Bončina, Mirko Rupnik, Jurij Ferfolja in Blaž Vončina** so enotnega mnenja: pomembno je, da si vzamemo čas zase in za gibanje, ne glede na to, kako natrpan je naš urnik.

*Blaž Vončina*





Jurij  
Ferfolja



Nina Jan



Mirko Rupnik

Sabina Bončina



# Čas za šport je čas, ki ga podariš samemu sebi



**Blaž Vončina,** vodja lokacije Hidrie Lamtec v Spodnji Idriji, je na lanskem Ljubljanskem maratonu kot edini tekmovalec v ekipi Hidrie uspešno premagal 42-km traso. Oktobra letos se je spopadel z novim izzivom, zahtevnim plavalno-tekaško-kolesarskim preizkusom Ironman v Poreču. Že od malih nog je predan športu. Poleg teka in kolesarjenja ga navdušujejo kajakaštvo, jadranje, smučanje, wind surfing, planinarjenje in turno smučanje.



**Mirko Rupnik,** transportni delavec v Hidrii Movent, se ukvarja s kolesarjenjem in gorskim tekom. Nad športom se je navdušil, ko se je preselil s podeželja in začel pogrešati aktivnejše življenje. Redno nastopa na 'trailih', tekmovanjih v gorskem teku. Avgusta letos je v sodelovanju s prijatelji, med katerimi je več sodelavcev Hidrie, uspešno organiziral prvi Fara Trail v Spodnji Idriji.



**Sabina Bončina,** višji kadrovik v Hidrii se je v mladih letih tekmovalno ukvarjala s karatejem in akrobatiko. Kasneje je bil šport nekaj časa na stranskem tiru, dokler se ni odločila, da najde dejavnost, ki jo bo resnično veselila. Najprej je poskusila s tekom, pravo veselje in izziv pa odkrila v gorništvu. V gorah, ki jih tudi na zelo zahtevnih poteh večinoma obiskuje sama, najde stik s seboj, naravo in drugimi ljudmi.



**Jurij Ferfolja,** vodja prodaje v Hidrii Alutec, je športu predan že od malih nog. Kot otrok je preizkusil vrsto različnih športnih dejavnosti. Nekaj let je športno plesal v paru. Ko ga je sošolec povabil v kolesarski klub, pa je spoznal, da je to aktivnost, ki ga resnično navdušuje. Kot član mladinske reprezentance je Slovenijo zastopal na svetovnih prvenstvih na Nizozemskem in v Italiji.



**Nina Jan,** dokumentaristka v Hidrii Advancetec, se je dvanajst let uspešno ukvarjala z alpskim smučanjem. Danes kot demonstratorica za alpsko smučanje pri Združenju učiteljev in trenerjev smučanja Slovenije praktično in teoretično izobražuje bodoče in že dejavne učitelje smučanja ter kot učiteljica/ trenerka poučuje otroke/ tekmovalce različnih starostnih skupin.

Šport me je naučil discipline, odgovornosti, vztrajnosti, potrpežljivosti, okrepil je moje socialne veščine.

Mislím, da mi vsa ta znanja in veščine danes koristijo tudi v delovnem okolju.

*Nina Jan*

## Kaj vas je spodbudilo, da ste se začeli ukvarjati s športom?

**Jurij:** Od nekdaj imam v sebi ta žar, od malega. Oče si je zelo želel, da bi igral kitaro. Pol leta sem vztrajal, nato je kitara obležala v kotu, sam pa sem preizkusil domala vse športe. Nekateri ljudje smo preprosto bolj nagnjeni k športu, drugi k umetnosti. Moj oče je srečo zdaj našel pri vnuku, mojem sinu, ki je popolnoma 'umetniški' tip človeka. Sam pa se že 30 let aktivno ukvarjam s kolesarjenjem.

**Mirko:** S športom se v otroštvu nisem ukvarjal. Ko sem se preselil s podeželja, pa mi je dobresedno postalo dolgčas. Najprej sem se lotil kolesarjenja, nato pa so me prijatelji pritegnili še v gorski tek oz. 'trail', ki mi zdaj predstavlja najljubšo športno dejavnost.

**Sabina:** Vedno sem se želela posvetiti pohodništvu, a ni bilo pravega časa. Prioritete so bile druge. Pred nekaj leti pa sem ugotovila, da se moram podati izven svojih okvirjev. Situacija, v kateri sem se znašla, me je spodbudila k spremembi. Poleg tega sem že pošteno pogrešala tisti adrenalin, ki daje popoln občutek svobode. Narava in njena nepredvidljivost me navdušujeta, na vsaki poti odkriješ nekaj novega, premikaš svoje meje, občutek na vrhu gore pa je vedno zelo dober.

## Šport poleg dobre telesne pripravljenosti daje tudi občutek uspešnosti, kajne?

**Nina:** Drži. Tekmovalnega športa, s katerim sem se ukvarjala dvanajst let, ne bi zamenjala za nič na svetu. Seveda so bili nekateri trenutki težki, a

nanje pozabiš. Šport človeku da toliko izkušenj in koristi, ki jih na enak način ne more dati nobena druga stvar na svetu.

## Na katere uspehe pa ste najbolj ponosni?

**Blaž:** Lanski Ljubljanski maraton, ko sem prvič pretekel 42-kilometrsko traso, je bil zagotovo mejnik, na katerega sem ponosen. Sploh sedaj, ko nanj gledam s časovne distance.

**Mirko:** Zelo sem vesel vseh uspehov, ki sem jih dosegel na tekmovanjih v gorskem teku. Posebej pa me veseli, da sem avgusta letos v Spodnji Idriji, tudi s pomočjo sodelavcev iz Hidrie, organiziral prvi Fara Trail.

**Že sama misel na to, da me čez vikend čaka nova pot v gore, me navdaja z veseljem. Lepo je, ko veš, da je pred teboj nekaj lepega, novo doživetje.**

*Sabina Bončina*

**Sabina:** Ponosna sem na vse dosedanje vzpone, od najlažjih do najtežjih. Na

vsakem od njih sem nabirala nove izkušnje in tudi poznanstva. Vsaka gora diha na svoj način, naj bo to v tujini ali v Sloveniji, zato vsaka predstavlja poseben izziv. Mislim, da se lahko slovenski vrhovi primerjajo in tudi presegajo zahtevnost ter lepoto tujih gora.

**Jurij:** V najlepšem spominu sta mi ostala nastopa na svetovnem prvenstvu, ki sem se ju leta 1998 in 1999 udeležil kot član slovenske mladinske kolesarske reprezentance.

**Nina:** V tekmovalnem športu so največji uspehi zagotovo doseženi rezultati. Danes, ko poučujem, pa se najbolje počutim takrat, ko moji tečajniki uspešno opravijo izpite, ali takrat, ko se moji tekmovalci dobro odrežejo na tekmi. Uspešno se počutim tudi takrat, ko vidim, da si med seboj pomagajo, da navijajo drug za drugega. To so prave zmage in potrditve, da delam prav.

## Kaj pa vam poleg občutka uspešnosti še daje rekreativni šport?

**Mirko:** Boljše počutje. Manj stresa. Ob teku ali na kolesu se res sprostim, pozabim na vse skrbi. To je res nekaj lepega.

**Blaž:** V prvi vrsti dobro počutje. Ko se po službi posvetiš teku ali kolesarjenju, se misli zbistrijo. Med tekom se porodi marsikatera dobra ideja, hkrati pa 'odklopiš', preusmeriš misli. Čas za šport je čas, ki ga podariš samemu sebi. Opažam, da ob redni športni aktivnosti tudi bolje spim.

**Sabina:** Pohodništvo je šport, ki dobro vpliva na telo in dušo. Na svojih poteh

cel dan preživim v naravi, na zraku. Poleg tega vedno srečam prijetne ljudi. To je res dober občutek. Mislim, da ljudje, ki zahajajo v gore, težave pustijo v dolini. V gorah pogovori tečejo drugače.

**Jurij:** Kolesarjenje je zdaj moj hobi, s katerim skrbim za fizično pripravljenost in prečiščevanje telesa. Ko sem se z njim še ukvarjal tekmovalno, sem se naučil vztrajnosti, potrpežljivosti, timskega dela. Najbolj dragocene pa so pridobljene delovne navade. Kolesarski treningi so zahtevali trdo delo. Po več ur dnevno smo trenirali – ob vsakršnem vremenu, tudi za božič ali na rojstni dan. Včasih najraje ne bi vstal iz postelje, a sem vztrajal.

### **Imate občutek, da športne dejavnosti dobro vplivajo tudi na vaše delo?**

**Mirko:** Zagotovo. Moje delo zahteva precej gibanja. Ker sem športnik, sem po delovnem dnevu verjetno pol manj utrujen, kot bi bil nekdo, ki v prostem času večino časa preživi na kavču in gleda televizijo.

**Nina:** Šport me je že v otroštvu naučil dobre organizacije časa. Pogosto sem izostajala iz šole, zato sem se morala naučiti usklajevanja treningov in samostojnega popoldanskega dela za šolo. Poleg tega me je šport naučil discipline, odgovornosti, vztrajnosti, potrpežljivosti, okreplil je moje socialne veščine. Naučila sem se tudi, da je včasih nujno stopiti korak nazaj, da bi potem lahko naredili dva

koraka naprej. Vse je učenje. Tudi ko v športu dosežeš visok nivo, je še vedno toliko stvari, ki se jih lahko naučiš. Mislim, da mi vsa ta znanja in veščine danes koristijo tudi v delovnem okolju.

**Sabina:** Že sama misel na to, da me čez vikend čaka nova pot v gore, me navdaja z veseljem. Lepo je, ko veš, da je pred teboj nekaj lepega, novo doživetje. Včasih si kakšen dan za hribe vzamem tudi med tednom. Celo sodelavke so mi kdaj pa kdaj svetovale, naj si vzamem dan odmora in grem. Za to sem jim zelo hvaležna.

**Jurij:** Kolesarjenje zahteva precej napora. Med potjo se moraš pogosto prebiti čez strme klance, da lahko na vrhu spet zadiháš, se spustiš v dolino in priključiš vodilnim. Te izkušnje zagotovo koristijo tudi v delovnem okolju, predvsem takrat, ko se znajdemo v zahtevnejših situacijah.

### **Včasih je ob vseh obveznostih pravi izziv najti čas za športne dejavnosti, kajne?**

**Blaž:** Najtežjih je prvih pet minut. To je tistih pet minut, ki jih potrebujemo, da vstanemo s kavča, se preoblečemo in obujemo športne copate. Potem gre samo od sebe.

**Sabina:** Pogosto slišimo, da smo za svoje zdravje najprej odgovorni sami. Z leti sem spoznala, da je to res. Začela sem tako živeti, spremenila sem svoj način razmišljanja. Zdaj vem, da bo doma vse v redu, da se svet ne bo podrl, če bom občasno

cel dan preživela v hribih. Seveda je usklajevanje časa in obveznosti zdaj, ko so otroci večji, precej lažje.

**Nina:** Dan ima dovolj ur za vse. Tudi pri vključevanju rekreacije v svoj vsakdan pa pride prav dobra organizacija časa. Nekako si moramo reči: Gremo! Včasih pomaga tudi to, da si poiščemo družbo. Če ima kdo slab dan, ga lahko drugi malce spodbudi ali

## **Ko spoznamo, kako dobro na nas vpliva gibanje v naravi, postane vse v življenju dosti lažje.**

*Mirko Rupnik*

obratno. Sama danes smučanje doživljam predvsem kot delovno okolje, manj časa pa mi uspe najti zase in za svojo rekreacijo. Seveda pa v zimsko sezono vedno vstopim fizično dobro pripravljena, za kar skrbim s tekom, kolesarjenjem, tenisom ali vadbo doma.

**Mirko:** Čas seveda predstavlja izziv, a si ga moramo vzeti. Če bomo vedno imeli pred očmi samo delo, se ne bomo dobro počutili. Pri športu lahko damo precej težav na stranski tir. Sam se raje sprostim ob gibanju v naravi, kot da bi vedno vse skrbi nosil s seboj.

**Jurij:** Ko imaš družino, ki zahteva tvojo pozornost, je časa za rekreacijo manj. Zdaj se kolesarjenju posvečam predvsem ob koncu tedna; v poletnem času, ko so dnevi daljši, občasno tudi med tednom.

### **Kaj pa narediti v trenutkih, ko ne najdemo prave motivacije za aktivno življenje? Kaj svetujete?**

**Jurij:** Najbolje je, če začnemo z lažjimi aktivnostmi, kot je na primer hoja v

**Med potjo se moraš pogosto prebiti čez strme klance. Te izkušnje zagotovo koristijo tudi v delovnem okolju, predvsem takrat, ko se znajdemo v zahtevnejših situacijah.**

*Jurij Ferfolja*

naravi. Narava nam daje veliko. Pred kratkim sem prebral dober članek o raziskavi, v katero sta bili vključeni dve skupini najstnikov, ki so reševati naloge iz matematike in logike. Med reševanjem nalog sta imeli obe skupini čas za odmor. Prva skupina je odmor preživela v gozdu, drugi skupini pa so omogočili brskanje po spletni strani Youtube. Raziskovalci so ugotovili, da je bila skupina najstnikov, ki je odmor preživela v gozdu, dosti bolj spočita od druge skupine in tudi bolj uspešna pri reševanju naslednjih nalog.

**Blaž:** Postavimo si cilj, da bomo nekaj ponovili desetkrat. Morda bomo medtem začeli v športni dejavnosti uživati. Morda nam bo prešla v navado. Predvsem pa ne obupajmo po prvem poskusu. Prvi trening nas lahko zelo utruji, a sčasoma bo zagotovo vse lažje. Bolečina, ki se po daljši in napornejši vadbi naseli v mišice, mine, ostanejo pa lepi spomini, ki smo jih ustvarili po poti in zanje se je vredno potruditi.

**Nina:** Moja mama navadno priporoča, da si za motivacijo kupimo nove športne copate. In res drži, včasih nas tudi novi športni copati navdušijo za več gibanja. Kot športni učiteljci se mi zdi tudi sicer zelo pomembno, da izberemo ustrezno opremo. S posamezniku in dejavnosti primerno opremo lahko bistveno zmanjšamo možnost poškodb. Za dvig motivacije pa je najbolje, če izberemo športno dejavnost, ki nam je že poznana in

smo v njej že uživali v preteklosti. Pomembno je tudi, da si zastavimo realne cilje in smo potrpežljivi, saj rezultati pridejo počasi.

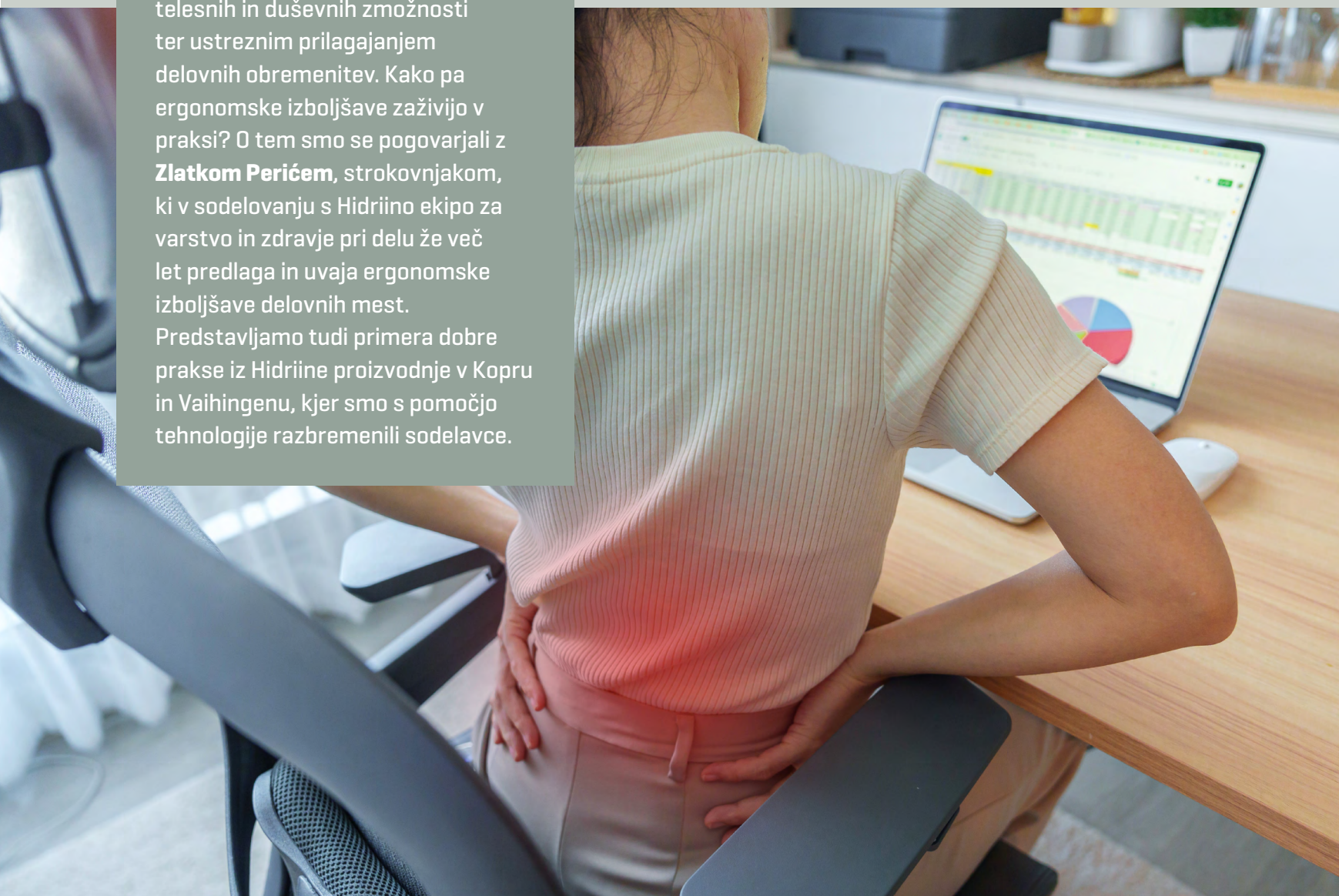
**Mirko:** Kljub temu da včasih nimamo prave volje, pojdimo ven iz stanovanja, hiše, izpred televizorja. Vsaj 15 minut dnevno preživimo v naravi. Ko spoznamo, kako dobro na nas vpliva gibanje v naravi, postane vse v življenju dosti lažje.

**Sabina:** Zase vem, da bi me drugi ljudje težko prepričali v dejavnost, ki mi ni pri srcu. Prepričati se moramo sami, to je najbolj učinkovito. Ko se danes ozrem nazaj, mi je kar malo žal, da svojih vzorcev nisem spremenila že prej. Pri samostojnem osvajanju gora mi je pomagala vztrajnost za premikanje svojih meja, ki sem jo več let kalila na vsakodnevni treningih v mladosti. Popolnim začetnikom pa svetujem, da naredijo prvi korak s tem, da enostavno obujejo športne copate in grejo na zrak. Dovolj je kratek sprehod. Tudi sama sem začela postopoma, kar se je izkazalo kot pravilna odločitev.

IZBOLJŠAVE ZA ZDRAVO DELOVNO OKOLJE  
IN VEČJE ZADOVOLJSTVO

# Ergonomija poleg sprememb v delovnem okolju zahteva tudi spremembe navad

V teoriji je ergonomija veda, ki se ukvarja z raziskovanjem človekovih telesnih in duševnih zmožnosti ter ustreznim prilagajanjem delovnih obremenitev. Kako pa ergonomske izboljšave zaživijo v praksi? O tem smo se pogovarjali z **Zlatkom Perićem**, strokovnjakom, ki v sodelovanju s Hidriino ekipo za varstvo in zdravje pri delu že več let predlaga in uvaja ergonomske izboljšave delovnih mest. Predstavljamo tudi primera dobre prakse iz Hidriine proizvodnje v Kopru in Vaihingenu, kjer smo s pomočjo tehnologije razbremenili sodelavce.



# Izboljšave so namenjene vsakemu posamezniku

**Zlatko Perić**, strokovnjak za ergonomijo, že več let sodeluje s Hidrio pri uvajanju ergonomskih izboljšav na delovnih mestih.

## **Katere ergonomske izboljšave najpogosteje predlagate?**

Za zdravje ni najbolj ugodno, če veliko časa sedimo, niti če veliko časa stojimo. Kjer je možno, delovna mesta prilagajamo tako, da zaposlenim omogočajo delo izmenoma sede-stoje.

V Hidrii smo na nekaterih delovnih mestih predlagali dvižne mize, ki omogočajo opravljanje dela stoje. Na mnogih delovnih mestih v proizvodnji smo dodali mehkejšo ergonomsko podlogo za stanje. Vpeljali smo veliko dvižnih vozičkov, škarjastih viličarjev, ki so zaposlenim v pomoč pri dvigovanju bremen. Iz delovnih procesov smo poskusili izločiti čim več ponavljajočih se gibov in globokih predklonov, ki obremenjujejo hrbtenico. Razveseljivo je, da so dobre prakse iz Hidrie uvedla tudi druga podjetja.

## **Kje ste imeli največ izzivov?**

Na nekaterih delovnih mestih ni enostavno najti dobrih rešitev za ergonomske izboljšave, saj so tehnološki postopki zelo zapleteni. Poseben izziv je seveda tudi to, da

ljudje po naravi nismo najbolj naklonjeni novostim. Radi delamo tako, kot smo navajeni. Ergonomske izboljšave, kot je na primer mehkejša podloga za stanje v proizvodnji ali ergonomska računalniška miška, so nam sprva v napoto. To lahko potrdim tudi sam. Ko sem testiral vertikalno ergonomsko miško, pri kateri so vse funkcije enake kot pri klasični miški, le položaj roke je obrnjen, sem se nekaj dni privajal na nov način dela. Naši možgani imajo radi ustaljene načine delovanja.

## **Kaj svetujete zaposlenim, ki se ob spremembah soočamo s podobnimi izzivi?**

Vsaka sprememba sprva zahteva našo pozornost, kar nas lahko odvrne od tega, da bi vztrajali, čeprav se zavedamo, da je novi način dela z ergonomskega vidika bistveno boljši. Rešitev je vztrajnost. Vztrajati moramo tako dolgo, da se na spremembo privadimo in nas novi način dela prepriča, da je boljši od prejšnjega.

## **Verjetno ste pogosto tudi v vlogi promotorja novih, bolj ergonomskih načinov dela?**

Res je. Promocija zdravja je sila težka stvar! Opažam, da so za ergonomske izboljšave bolj dovzetni ljudje, ki tudi sicer skrbijo za zdrav življenjski slog, se ukvarjajo s športom. Tisti, ki jim ta področja niso tako blizu, jih lahko doživijo kot prisilo ali informacijo, ki se jih posebej ne dotakne. Opažam tudi, da postajamo po 40. letu starosti bolj pozorni na svoje zdravje. V teh letih se ljudje pogosteje odločajo za opustitev kajenja ali kar naenkrat začutijo potrebo po rekreaciji.

## **V prihodnje bo v Hidrii več pozornosti namenjene tudi ergonomskim izboljšavam delovnih mest v pisarnah. Kaj priporočate?**

Pravilno uporabljajmo prenosnike. Prenosniki so odličen pripomoček, a naj bodo le začasna rešitev. Za daljše delo uporabljajmo ločeno tipkovnico, ločen zaslon. Pri delu s prenosnikom glavo namreč nagibamo navzdol, proti prenizko postavljenemu zaslonu. S tem se pritisk na medvretenčne ploščice v vratu tudi do petkrat poveča. Za lažje razumevanje: če je glava težka približno pet kilogramov, je pritisk na medvretenčne ploščice ob naprej





nagnjeni glavi takšen, kot bi jih obtežili s 25 kilogramov težkim bremenom.

**Pri delu v pisarni se težko izognemo daljšemu sedenju.**

Drži. V zadnjem obdobju smo si še telefonske klice, med katerimi smo se prej lahko malce sprehodili, prenesli na zaslone. Tudi v pisarnah priporočamo dvižne mize, da lahko zaposleni občasno delajo stoje ali ob njih organizirajo kratek sestanek. Ko ne potrebujemo računalnika in se ne pogovarjamo o zaupnih vsebinah, se lahko odločimo

tudi za sestanek v gibanju. Okolica Hidrie je za to primerna in tudi zelo lepa.

Priporočljivi so ergonomski pisarniški stoli, ki nudijo ledveno oporo. Na takšnih stolah moramo sedeti dovolj nazaj, da nas opora podpira v spodnjem delu hrbta. Marsikdo takšno oporo pozna iz avtomobila in ve, da ugodno vpliva na hrbtenico.

**Ali ergonomske izboljšave, čeprav zahtevajo trud in spremembe navad, dolgoročno prispevajo tudi k večjemu zadovoljstvu zaposlenih?**

Seveda. Zadovoljstvo sem sicer opazil že ob začetku uvajanja izboljšav, ko je naš tim, v katerem so poleg mene sodelovali zdravnica, kineziologinja, varnostni inženirji, sodelavci Hidrie, odgovorni za področje varstva in zdravja pri delu ter delovodje, obiskal proizvodne lokacije Hidrie. Zaposlenim smo predstavili, kaj je naš namen, prisluhnili smo njihovim predlogom. Že takrat sem imel občutek, da so zadovoljni. Videli so, da so izboljšave resnično namenjene njim, vsakemu posamezniku.



### Katere izboljšave na področju ergonomije je uvedla Hidria?

- V okviru projekta, izvedenega leta 2021, **smo izboljšali delovne pogoje in zmanjšali tveganja**, povezana s poškodbami.
- V zadnjih treh letih smo z vidika ergonomije pregledali **120 delovnih mest** na vseh lokacijah in poslovnih enotah. Pri tem smo posebno pozornost namenili **metodama RBP in REBA**, ki vključujeta področji ročnega premeščanja bremen in hitre ocene celotnega telesa.
- Po pregledu delovnih mest smo v proizvodnji **vpeljali številne dvižne vozičke, platforme, dvižne mize z ustreznimi stoli z obroči za naslon nog, ergonomske podloge** za stoječa delovna mesta.
- Vpeljali smo mnoge druge ergonomske prilagoditve delovnega okolja, **od stikal, ekranov, polic, podestov, razsvetljave**.
- Med letoma 2020–2024 smo sodelovali pri projektu **Sophia**, ki se je osredotočal na izboljšanje ergonomije na delovnih mestih s pomočjo naprednih tehnologij.
- Zaposlene smo **ozaveščali o pravilni uporabi delovne opreme in dodatni zaščiti** pred poškodbami. Ker delovna mesta najbolje poznajo zaposleni sami, smo velik poudarek namenili **upoštevanju njihovih predlogov** za ergonomske izboljšave.
- Pregled delovnih mest in uvajanje ergonomskih izboljšav v letošnjem letu iz proizvodnje širimo tudi na **režijska delovna mesta**.
- Posebno pozornost namenjamo **zaposlenim z omejitvami in invalidnostjo**.



**Sabina Vidmar**, direktorica invalidskega podjetja Hidria IP

»Veseli me, da so projekti na področju ergonomije, ki smo jim v Hidrii v zadnjih letih posvetili veliko pozornosti, izboljšali delovne pogoje in zmanjšali tveganje za poškodbe. Z odličnim sodelovanjem Hidriine ekipe strokovnjakov in zunanjih svetovalcev smo ustvarili bolj zdravo in prijetno delovno okolje za zaposlene na številnih delovnih mestih.«



### Čiščenje izdelkov v Hidrii Alutec odslej poteka robotsko

V Hidrii Alutec v Kopru od letošnje pomladi dalje čiščenje izdelkov poteka s pomočjo robota. Tehnologija zagotavlja izjemno stabilen proces čiščenja izdelkov, hkrati pa razbremeni zaposlene. Pred uvedbo stroja za robotsko čiščenje je proces zahteval več ročnega in fizično bolj naporega dela.

»Z uvedbo avtomatizacije na področju piljenja odlitkov so delovni procesi postali bolj ergonomski za zaposlene, hkrati pa smo dosegli znatno povečanje produktivnosti. Poleg tega so proizvodni procesi odslej bolj stabilni, kar omogoča večjo predvidljivost in zanesljivost delovanja.«

*Igor Tuljak, sodelavec Hidrie Alutec*

### Kobot pomaga pri delu v Hidrii Bausch v Nemčiji

Po intenzivnih prizadevanjih v zadnjem letu in pol je ekipi Hidrie Bausch uspelo razviti koncept kolaborativnega robota [kobota] in koncept uspešno integrirati v proizvodnjo. Kobot v proizvodnji pomaga izvajati natančne in ponavljajoče naloge, s čimer prispeva k večji učinkovitosti in optimalni uporabi človeških virov. Kobot neposredno sodeluje z zaposlenimi in izboljšuje produktivnost, hkrati pa zmanjšuje njihovo delovno obremenitev.

» Z avtomatizacijo rutinskih opravil se zaposleni lahko osredotočimo na bolj kompleksne in ustvarjalne aktivnosti. Smo tudi veliko bolj prilagodljivi pri načrtovanju proizvodnih procesov.«

*Murat Aksoy, sodelavec Hidrie Bausch*



# V HIDRII IMA SKRB ZA ZDRAVJE POMEMBNO MESTO

**Kaja Erjavec,**  
*ambasadorka zdravja*

V Hidrii od leta 2019 izvajamo program ambasadorki zdravja. Sodelavke in sodelavci, ki so sprejeli vlogo ambasadorki zdravja, v svojih delovnih okoljih spodbujajo zdrav življenjski slog, organizirajo aktivne odmore in motivirajo sodelavce k sodelovanju v preventivnih programih ter športnih dejavnostih. Kaja Erjavec, strokovna sodelavka za okolje, se je ambasadorki zdravja pridružila kmalu po zaposlitvi.



Kaja zelo ceni zdrav življenjski slog in ravnovesje med zasebnim ter poslovnim življenjem. Zato z veseljem sodeluje pri promociji zdravja v delovnem okolju. »Ko sem se ob začetku dela v Hidrii ob 11. uri sprehodila skozi naše prostore in videla telovaditi večino oddelkov, me je to resnično razveselilo. Pri uvajanju aktivnih odmorov je sodelovala kineziologinja iz idrijskega Centra za krepitev zdravja, kjer sem bila zaposlena prej. Lepo je bilo videti, da se je vsakodnevna vadba tako dobro uveljavila,« pripoveduje Kaja.

Danes s Tino Čuk, strokovno sodelavko za promocijo zdravja, izmenično vsak dan vodita aktivne odmore z vajami za zdravo držo in razbremenitev najbolj obremenjenih mišic. Razgibalni treningi v povprečju trajajo po sedem minut. »Morda se komu zdi sedem

minut malo. A v celem letu se tako nabere okoli 30 ur vadbe. Po aktivnih odmorih se vsi počutimo bolje. Predvsem v dneh, ki so bolj stresni, dobro dene, da se sprostimo in v miru zadihamo,« pravi Kaja.

»Če Hidrio primerjam z drugimi delovnimi okolji, ki jih poznam, lahko potrdim, da je skrb za zdravje v našem delovnem okolju na pomembnem mestu. Lahko si vzamemo čas za aktivni odmor. Hidria v sklopu promocije zdravja na vseh lokacijah v Sloveniji sofinancira izbrane športne dejavnosti, udeležbo na maratonih, pripravlja izobraževanja o psihofizičnem zdravju. Dobro je poskrbljeno za redne obroke. Tako zdrav življenjski slog postaja samoumeven,« še dodaja Kaja.

### **Kaja vsem, ki želimo boljše poskrbeti za svoje zdravje, predlaga majhne stvari, ki pa imajo lahko dolgoročno zelo pozitivne učinke.**

- **Poskusimo svoj vsakdan preživeti čim bolj aktivno.**

Vsakodnevne dejavnosti izvajajmo aktivno. V službo lahko pridemo s kolesom, peš ali se sprehodimo do avtobusnega postajališča in uporabljamo javni prevoz. Vsaj dvakrat tedensko poskrbimo, da smo fizično aktivni v tej meri, da se dodobra zadihamo, na primer s kolesarjenjem, hojo v hrib, plesom, telovadbo, tekom.

- **Vzemimo si čas za redne obroke.**

V Hidrii je za prehrano med delovnim časom odlično poskrbljeno. Izbiramo lahko zdrave obroke.

- **Med delovnim časom si vzemimo odmor,** ki je naša pravica in hkrati dolžnost.

- **Ohranjajmo stik z naravo.**

Kdaj pa kdaj se ozrimo skozi okno ali stopimo skozi vrata. Delamo v zelo lepem okolju, polnem zelenja, modrine. Že pet minut stika z naravnim okoljem nam bo zelo koristilo.



# Kratek odmor, velik učinek



Ekipe Hidrie priporočajo štiri preproste vaje, s katerimi lahko v nekaj minutah tudi med delovnim časom razbremenimo celotno telo.

**Razteg stranskih mišic:** Stojimo vzravnan. Levo roko dvignemo nad glavo in se nagnemo v desno stran, da začutimo razteg stranskih prsnih in trebušnih mišic. Zadržimo 10-15 sekund. Nato ponovimo še z drugo roko.

Vajo prikazuje ambasadorka zdravja **Maja Pušnik** z ekipo Hidrie Lamtec na Jesenicah.

**Razteg vratnih mišic:** Stojimo vzravnano. Glavo nagnemo rahlo v desno in z desno roko rahlo raztegnemo vratne mišice. Drugo roko položimo za hrbet in rahlo raztegnemo proti desnemu boku, da še povečamo razteg vratnih mišic. Zadržimo 10–15 sekund in ponovimo še v drugo stran.

Vajo prikazuje ambasador zdravja **Primož Makuc** z ekipo logistike v Hidrii Lamtec v Spodnji Idriji.



**Razteg stegenskih mišic:** Stojimo vzravnano. Desno nogo pokrčimo v kolenu in dvignemo nazaj, z desno roko primemo gleženj. Zadržimo 10–15 sekund, da začutimo rahel razteg stegenskih mišic. Pri ohranjanju ravnotežja si lahko pomagamo tako, da levo roko med izvajanjem vaje odročimo ali se z njo primemo za oporo. Ponovimo še z drugo nogo.

Vajo prikazuje ambasadorka zdravja **Martina Česnik Pivk** z ekipo financ, računovodstva in kontrolinga v Hidrii v Spodnji Idriji.



### **Razteg mišic podlahti in zapestij**

Stojimo vzravnano. Eno roko dvignemo predse, dlan v zapestju obrnemo navzdol. Z drugo roko primemo prste dvignjene dlani in jih rahlo povlečemo proti sebi, da začutimo raztezanje mišic podlakti. Zadržimo 10–15 sekund, nato ponovimo še z drugo roko.

Vajo prikazuje ambasador zdravja **Robert Vrhovec** s sodelavkama Hidrie v Kopru.



Zaposlenim v Hidrii so na Hidrianetu na voljo videoposnetki vaj za aktivni odmor na delovnem mestu, ki jih prikazuje kineziologinja **Neca Kompara**.

Najdete jih na tej povezavi:









**Kristina Smodila,**  
grafična oblikovalka  
- med drugim tudi  
oblikovalka naše revije  
Hidra Magazin,  
po srcu pa še stilistka  
in fotografinja hrane.



Kristino pa lahko tudi spremljate na Instagram profilu: **storyonaplate\_kristinasmodila**.

## ZIMSKA IDILA TUDI V NAŠIH KUHINJAH

### POZABLJENE IN STAROMODNE SESTAVINE

Ali kdaj v trgovini opazite koromač, pa sploh ne veste kaj bi z njim? Koromač je izvrstna zelenjava, ki s svojim značilnim, rahlo sladkim in osvežujočim okusom odlično popestri tako solate kot rižote. Klasična kislá repa pa ni rezervirana le za tradicionalne jedi – odlično se poda k hranljivi čičeriki v kremni juhi ali pisani družini v azijsko obarvani skledi.

### ZA MED TEDNOM

Da sendvič ali pašta nista vedno edina izbira v hitrem tempu delovnega tedna, sem pripravila dve okusni, uravnoteženi in predvsem preprosti jedi. Priporočam, da se vnaprej nekoliko organiziramo; na primer, v nedeljo zvečer skuhamo riž in sladki krompir, operemo špinačo, narežemo koromač in rdeče zelje ter vse spravimo v hladilnik. Tako nam bo naslednji dan za dokončanje jedi vzelo pol manj časa.

### POSPRAVLJANJE HLADILNIKA

Je učinkovit trik, s katerim lahko hitro ustvarimo svojo novo najljubšo jed, če preprosto preverimo, kaj imamo v hladilniku in kaj je tik pred iztekom roka. Bodimo kreativni in porabimo, kar imamo na voljo, preden se odpravimo v trgovino. Sestavimo hranljive skledice s čičeriko, avokadom, piščancem, trdo kuhanim jajcem in domačo polivko iz grškega jogurta, kančka majoneze, gorčice in gostega balzamičnega kisa.



### LEPO PRIPRAVLJENO

Kristina je zagovornica estetike; obrok, ki ga pripravimo doma, pojedemo med službo, sami ali v družbi, lahko vedno pritegne tudi s svojim videzom. Takšen krožnik je barvit, poln tekstur in bogatih okusov.

Lani je pri Založbi Vida izšel njen **knjižni prvenec *Lepo pripravljeno***, v katerem so zbrani sezonski recepti, ki so plod večletnega ustvarjanja in sodelovanja z revijo Praznična in podjetjem Hofer Slovenija.

Knjiga vas bo poleg preprostih receptov navdušila tudi s krasnimi in stilsko dodelanimi fotografijami.

Je lepo dopolnilo za domačo knjižno polico ali pa izvirno darilo za pod smrekico.

Knjigo lahko dobite v vseh boljše založenih knjigarnah po Sloveniji, delimo pa tudi qr kodo s povezavo do nakupa knjige.



## BARVITA ZIMSKA SOLATA S POMARANČO

Za 2-4 osebe // Čas priprave: 30 minut

### Sestavine:

- ½ majhne glave radiča
- ½ majhne glave rdečega zelja
- 100 g mlade špinače
- 1 koromač
- 1 sladki krompir
- 1 bio pomaranča
- 2 žlici sira feta
- balzamični kis
- oljčno olje
- sol, poper

HRUSTLJAVA  
IN POLNA  
VITAMINOV

### Priprava:

Sladki krompir kuhamo 15 minut v nežno slani vodi. Ohlajenega olupimo in narežemo na manjše kocke.

Pomarančo narežemo na tanke rezine, ki jih nato razrežemo še na četrtine. Radič in rdeče zelje narežemo na trakce. Koromač operemo in narežemo na tanke rezine. Špinačo operemo in osušimo.

Sveže sestavine zložimo v skledo, dodamo sladki krompir in prelijemo z mešanico balzamičnega kisa in oljčnega olja. Solimo, popramo in nežno premešamo. Potresemo z nadrobljenim sirom feta in okrasimo s pomarančnimi rezinami.





KREMNO  
SVEŽA IN  
LAHKOTNA

## KOROMAČEVA RIŽOTA

Za 2–4 osebe // Čas priprave: 40 minut

### Sestavine:

- 400 g riža
- (250 g belega in 150 g divjega)
- 2 koromača
- 1 šalotka
- 1 l jušne osnove
- 100 g sira brie
- 100 ml mandljevega napitka
- 50 ml suhega belega vina
- ½ bio limone
- 30 g masla
- oljčno olje
- sol, grobo mleti poper

### Priprava:

Šalotko sesekljamo. Koromač operemo, podolžno razpolovimo, odstranimo trd stržen in narežemo na približno 5 mm tanke rezine. Zelene vršičke shranimo za kasneje, za dekoracijo.

V kozico damo dve žlici oljčnega olja in v njem nekaj minut pražimo šalotko, da postekleni. Dodamo narezan koromač, med mešanjem ga pražimo 4 minute. Koromač med praženjem pokapamo z limoninim sokom, ostanke iztisnjene limone pa narežemo na rezine in dodamo v ponev.

Medtem pod vodo ločeno splaknemo obe vrsti riža in ju odcedimo. Ker se divji riž kuha dlje, ga v kozico dodamo prvega. Vse skupaj na hitro prepražimo in zalijemo z 200 ml jušne osnove. Kuhamo na visoki temperaturi.

Nato dodamo še beli riž in zalijemo s 400 ml jušne osnove. Kuhamo na visoki temperaturi nadaljnjih 18 minut oziroma se ravnamo po navodilih za pripravo izbrane vrste riža. Ko voda prvič izpari, dodamo 50 ml suhega belega vina. Nekje sredi kuhanja prilijemo še 400 ml jušne osnove in temperaturo zmanjšamo na srednjo. Občasno premešamo in po potrebi dolivamo jušno osnovo.

Zadnjih 5 minut kuhanja dodamo še narezan sir brie, maslo in mandljev napitek. Dobro premešamo. Okrasimo s svežim timijanom in zelenimi vršički koromača.




02

# V iskanju miru in tišine

Besedilo: Helena Pregelj

Fotografije: Robert Zabukovec

A person wearing a bright yellow jacket and dark pants is walking away from the camera on a vast, snow-covered mountain slope. The person's path is marked by a series of footprints in the snow. The background features rugged, snow-dusted mountain peaks under a sky with soft, golden light, suggesting a sunrise or sunset. The overall atmosphere is serene and quiet.

Naš planet skozi čas postaja vse glasnejši. Prijetne zvoke narave, kot so šelestenje listja, bučanje valov, petje ptic, vse pogosteje preglasijo zvoki iz prometa, urbanih in industrijskih središč. Na svetu je vse več hrupa.

Tokrat smo iskali odgovore na vprašanja: Kako ljudje doživljamo hrup? Kakšen vpliv ima hrup na naše zdravje? Kako v Hidrii skrbimo za zaščito pred hrupom in kako Hidria z razvojem izdelkov prispeva k manjši obremenjenosti okolja s hrupom?

**1,1  
milijarde**

ljudi po vsem svetu živi na območjih, kjer so ravni hrupa višje od priporočenih vrednosti (60 dB).

Vsaj **20 %**  
ljudi v Evropski uniji je dolgotrajno izpostavljenih ravnemu hrupu, ki so škodljive za zdravje.

Za **30 %**  
ljudi po vsem svetu živi na območjih, kjer so ravni hrupa višje od priporočenih vrednosti (60 dB).

Več kot **50 %**  
prebivalstva v mnogih mestih je izpostavljenega ravnemu cestnemu hrupu, ki so višje od smernic Svetovne zdravstvene organizacije.

# HRUP VPLIVA NA NAŠE ZDRAVJE

Hrup je neželen zvok. Navadno ga označimo kot zvok, ki je preglasen, neprijeten ali se pojavlja ob neprimernem času. Izvira iz različnih virov: prometa, industrije, gradnje, ljudi ali naravnih pojavov. Izpostavljenost hrupu lahko ogrozi zdravje ljudi. Nemalokrat povzroča težave tudi domačim in prostoživečim živalim.

Kot navaja Nacionalni inštitut za javno zdravje, lahko hrup povzroči:

- poškodbe sluha (naglušnost, šumenje v ušesih ali tinitus),
- motnje spanja ali počitka,
- povišan krvni tlak,
- motnje pri koncentraciji, učenju in pogovoru,
- zmanjšano učinkovitost pri delu,
- vznemirjenost,
- poslabšanje psihičnega stanja,
- povečano tveganje za pojav srčno-žilnih bolezni.



**Ančka Gantar Mivšek**, vodja področja za varnost in zdravje pri delu v Hidrii



## KAKO V HIDRII SKRBJMO ZA ZAŠČITO PRED HRUPOM

V Hidrii z rednimi meritvami spremljamo raven hrupa v delovnih prostorih ter zagotavljamo skladnost z zahtevami veljavne zakonodaje in naših internih pravilnikov. Po opravljenih meritvah vedno pretehtamo, kateri dodatni ukrepi bi bili smiselni za dodatno zaščito pred hrupom.

Zaposlene in obiskovalce spodbujamo k dosledni uporabi osebne varovalne opreme za zaščito pred hrupom. Delovna mesta, kjer je prisoten hrup in na katerih je obvezna uporaba osebne varovalne opreme, imajo na navodilih za varno delo piktograme, ki označujejo obvezno uporabo zaščite za sluh. Poleg ušesnih čepkov za enkratno uporabo na hrupu bolj izpostavljenih delovnih mestih uporabljamo tudi čepke na loku ali po meri izdelane čepke.

Glasnejše tehnologije v Hidrii so opremljene s protihrupnimi kabinami.

KAKO HIDRIA S SVOJIMI IZDELKI  
PRISPEVA K ZMANJŠEVANJU HRUPA?

# Učinkovite rešitve za mirnejše in bolj zdravo okolje

Besedilo: Helena Pregelj  
Fotografije: Robert Zabukovec

Za zmanjševanje hrupa si prizadevajo številne organizacije in skupnosti. Ustvarjanje izdelkov, ki prispevajo k zmanjševanju hrupa, predstavlja velik izziv tudi številnim razvojnim inženirjem po vsem svetu. O razvoju Hidriinih rešitev, pri katerih zvočna moč in vibracije predstavljajo pomembne dejavnike, sta spregovorila **dr. Matej Milavec**, razvojni inženir v Hidrii Movent, in **dr. Vitoslav Bratuš**, vodja razvoja v Hidrii Lamtec.





# Iskanje človeškemu ušesu prijetnih zvokov



## **DR. MATEJ MILAVEC**

*razvojni inženir v Hidrii Movent*

Razvojna ekipa, ki ustvarja Hidriine ventilatorje, se zelo dobro zaveda, kako pomembno je, da so ti čim tišji in človeškemu ušesu čim manj moteči. Kot pravi dr. Matej Milavec, ljudje ne marajo ekstremno visokih in ekstremno nizkih frekvenc, kar izhaja iz narave človeškega telesa. Tako kot vsak industrijski izdelek ima namreč tudi vsak človeški organ lastno frekvenco. Frekvence človeških organov so nižje in zato ljudem nizke frekvence iz okolja večinoma ne ustrezajo. Na primer, zelo nizke vibracije gradbenih strojev, ki se zelo dobro prenašajo po strukturi in jih občutimo tudi, če delamo v sosednji zgradbi, nas motijo. Tudi zgodovinsko gledano so bile izjemno nizke ali izjemno visoke frekvence navadno povezane z nevarnostjo, zato ljudem niso prijetne. Vse to ima razvojna ekipa Hidrie poleg vse višjih zahtev kupcev in vse strožjih okoljskih predpisov o hrupu v mislih, ko razvija nove ventilatorje.

## **Kako pomemben dejavnik predstavlja hrupnost ventilatorjev?**

V Hidrii razvijamo in proizvajamo ventilatorje za različne industrijske segmente. Pri večjih industrijskih ventilatorjih je denimo najpomembnejše, da imajo čim boljši izkoristek. Pri ventilatorjih za toplotne črpalke pa je nizka hrupnost pomembnejša od izkoristka. V našem razvojnem načrtu je nova generacija ventilatorjev za toplotne črpalke.

## **Se zahteve kupcev po manjši hrupnosti ventilatorjev z leti povečujejo?**

Seveda. Tako kot postajajo predpisi glede ravni hrupa vse strožji, se povečujejo tudi zahteve kupcev po čim tišjih rešitvah. Danes kupci pričakujejo vsaj tri decibele tišje izdelke kot pred petimi leti. Morda se komu to ne zdi veliko, a v resnici gre za visok cilj.

## **Je zagotavljanje tihega delovanja ventilatorjev zahteven izziv?**

Drži, to je zahteven izziv. Hrupnost ventilatorjev je povezana z več fenomeni. Med njimi so na primer turbulence, ki nastajajo, ko zrak prehaja skozi lopatice, ter vibracije, ki se prenašajo na ohišje. Tako turbulence kot vibracije je zelo težko zmanjšati. Pravi izziv je tudi iskanje ravnovesja med močjo ventilatorja in njegovo hrupnostjo.

## **Kako se spopadate s temi izzivi?**

Del hrupnosti ventilatorja lahko zmanjšamo z zasnovo lopatic. V večini primerov hrup nastaja na robovih lopatic ventilatorjev ali z zračnimi vrtinci, ki jih lopatica ob vrtenju razseka. Vrtinec lahko nastane tudi med lopaticami in montažno ploščo. Pri razvoju tako iščemo rešitev za čim nižjo skupno zvočno moč ventilatorja na eni strani, na drugi pa smo pozorni tudi na vse izstopajoče zvoke, kot so npr. piskanje, pulziranje.

## **Kakovostnega ventilatorja tako ne odlikuje le nizka skupna zvočna moč, kajne?**

Res je. Pri razvoju iščemo zvok, ki je, kolikor je mogoče, tih, prijeten in nemoteč, pri katerem nobena posamezna frekvenca ne izstopa. Človeškemu ušesu je najprijetnejši zvok, pri katerem je vse zvezno, kjer vse teče gladko. To razvojni inženirji ponazorimo s tako imenovanim frekvenčnim spektrom hrupa, ki zelo natančno prikazuje zvočno sliko posameznega izdelka. Če

so stolpci v oktavi enakomerno porazdeljeni, pomeni, da izdelek ne oddaja poudarjenih zvokov. Hidriini kupci si lahko frekvenčni spekter vsakega posameznega ventilatorja ogledajo v naši aplikaciji.

## **Na tem področju sodelujete tudi z zunanjimi strokovnjaki?**

Redno sodelujemo z zunanjimi strokovnjaki, trenutno na primer z Univerzo v Genovi, ki raziskuje hrupnost enega od naših ventilatorjev. Pred nedavnim smo izziv zmanjševanja hrupnosti ventilatorjev zastavili tudi udeležencem največjega slovenskega festivala inovativnosti v Sloveniji Uni.minds. Svoje predloge so nam predstavili strokovnjaki slovenskega podjetja, ki se ukvarja s psihoakustiko.

## **Kako med razvojem preizkušate zvoke, ki nastajajo pri delovanju izdelkov?**

Pri meritvah si pomagamo z mikrofoni, ki pa zaznavajo drugače kot ljudje. Zaznajo namreč tudi tiste zvoke, ki človeškemu ušesu niso dostopni. Izmerjene zvoke moramo zato obtežiti z izofonsko A-lestvico, ki izmerjene hrupnosti prilagodi tako, kot bi jih poslušal človek.

## **Vas pri iskanju najboljših rešitev navdihuje tudi narava?**

Narava skozi evolucijo teži k ustvarjanju idealnih oblik, gibanj, vedenj. Živali na primer večinoma izstopajo na enem področju: so neopazne, hitre, nevarne ali tihe. Glasna žival postane lahek plen. Tišja je, boljše možnosti za preživetje ima in tako prenaša svoje gene na naslednje generacije, s čimer se dobre lastnosti ohranjajo in krepijo. Tudi pri razvoju ventilatorjev mnogi razvojni inženirji opazujejo naravo in posnemajo aerodinamične rešitve iz narave. Tako denimo nastajajo zanimive bionične rešitve, inovacije, ki temeljijo na naravnih sistemih.

## **PSIHOAKUSTIKA**

S tem, kako ljudje doživljamo zvoke in kako ti vplivajo na naše čustveno stanje, se ukvarja psihoakustika. Znanstvena disciplina raziskuje, kako različni zvoki, frekvence in intenzivnost vplivajo na naše zaznavanje in občutke, kar nam pomaga razumeti, zakaj se nekateri zvoki zdijo prijetni, medtem ko drugi povzročajo nelagodje.

*Hidriin ventilator, ki ga še posebej odlikuje zelo tiho delovanje, je namenjen vgradnji v toplotne črpalke. Že v začetni fazi je imel relativno nizko hrupnost, ekipa Hidrie pa jo je v okviru projekta Motion for Silence še optimizirala.*



## POZNATE BELI ŠUM?

Beli šum je posebna vrsta zvoka, ki ga uporabljamo za prikrievanje drugih zvokov v okolju. Gre za kombinacijo zvokov različnih frekvenc, ki se mešajo in ustvarjajo enakomeren zvok, kar pomaga zadušiti moteče zvoke, kot so hrup iz okolice ali pogovori. Beli šum je priljubljena pomoč pri uspavanju otrok. Uporaben je tudi v pisarnah, kjer lahko pomaga zmanjšati hrup in povečati koncentracijo.



# Vrhunske rešitve za učinkovito zmanjševanje vibracij



## **DR. VITOSLAV BRATUŠ**

*vodja razvoja v Hidrii Lamtec*

Promet, še posebej cestni, predstavlja največji vir hrupa v okolju. Strokovnjaki ocenjujejo, da je vsaj 90 % okoljskega hrupa posledica prometa, kar vključuje avtomobile, tovornjake, železnice in letala. Nekateri Hidriini izdelki za avtomobilsko industrijo nimajo neposrednega vpliva na hrupnost končnih izdelkov. Razvojne ekipe programa lamel pa se srečujejo tudi s tem področjem, pojasnjuje dr. Vitoslav Bratuš, vodja razvoja v Hidrii Lamtec.

## **Kako pri razvoju lamel pristopate k zahtevam kupcev po zmanjšanju hrupnosti?**

Hrup je, čeprav ne prav v dobesednem pomenu, ampak bolj z vidika vzroka za njegov nastanek – dinamičnega odziva produkta oz. t. i. vibracije – pomemben tudi pri lameliranih izdelkih, ki jih proizvajamo v Hidrii. Prvenstveno je to ena primarnih specifikacij izdelka, ki je v domeni obvladovanja in tudi iskanja ustreznih rešitev na strani naših kupcev.

## **Lahko že vnaprej predvidite, koliko vibracij bodo oddajali izdelki?**

Današnja orodja, kot so npr. FEM analize, lahko že vnaprej dovolj natančno napovedo stopnjo neželenih vibracij in posledično tudi hrupa. Seveda pa je treba s stopnjo nadaljnjega razvoja izdelka nato z vsemi meritvami, največkrat na prototipih, to tudi potrditi. Tu Hidria s svojimi kapacitetami za izdelavo prototipov nudi vso potrebno podporo pri validiranju tovrstnih rešitev.

## **Kako Hidriine rešitve prispevajo k manjši hrupnosti končnih izdelkov?**

Dinamičen odziv paketa rotorja in statorja je, ko je vgrajen v elektromotor, ta pa v končno aplikacijo, lahko zelo moteč

element z vidika ustvarjanja neželenih vibracij in [pre]velike stopnje hrupa. Pri tem igra pomembno vlogo način spajanja lamel iz elektropločevine v paket rotorja ali statorja. Hidria Lamtec je poleg klasičnih oz. mehanskih tehnologij spajanja lamel, interlocking in laserskega varjenja, v zadnjih treh letih postala prepoznavna tudi kot eden redkih serijskih proizvajalcev t. i. backlack indukcijske tehnologije spajanja, ki tudi z vidika obvladovanja vibracij in posledično hrupa velja za premijsko rešitev.

V zadnjih letih pa se tej tehnologiji vztrajno a zanesljivo približuje tudi tehnologija lepljenja lamel, ki je sicer cenovno ugodnejša, a z vidika reševanja problematike vibracij še vedno korak za backlack indukcijo. Tudi Hidria se s svojimi usmerjenimi razvojnimi aktivnostmi močno posveča temu novemu postopku spajanja lamel v rotorski in statorski paket ter tako sledi tehnološkemu trendu predvsem na področju elektrificiranih vozil. Ta sicer v zadnjem obdobju ni več tako izrazit, kot je kazalo lani, a je še vedno zelo prisoten.

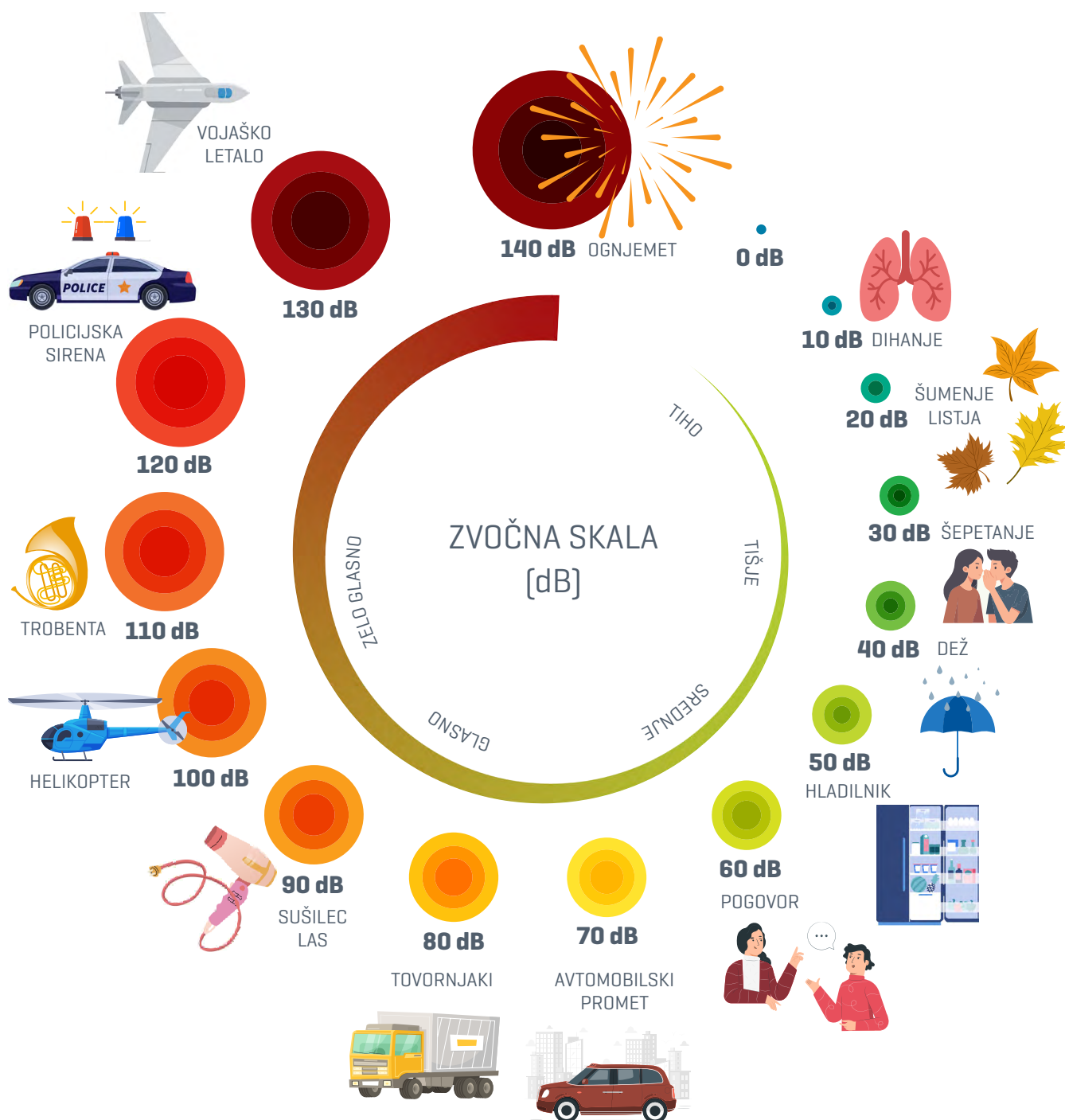


*Pri zmanjševanju neželenih vibracij in hrupa končne aplikacije ima pomembno vlogo način spajanja lamel iz elektropločevine v paket rotorja ali statorja. Hidria na tem področju kupcem nudi tehnologije spajanja, ki se uvrščajo med premijske rešitve.*

# KAKO LJUDJE DOJEMAMO ZVOKE?

Zelo subjektivno! Kar je za nekoga hrupno in moteče, je za drugega lahko prijetno in pomirjujoče. Naše dojetanje zvokov je odvisno od številnih dejavnikov, vključno z našimi osebnimi izkušnjami, kulturnim ozadjem in celo trenutnim razpoloženjem.

Hrup navadno povezujemo z glasnimi zvoki. Ni pa nujno, da se nam vsi glasni zvoki zdijo neprijetni, vsi tihi pa prijetni. Brenčanje komarja večinoma dojemamo kot moteč in neprijeten zvok, medtem ko se nam zdi zvok bučanja vode v slapovih osvežujoč in prijeten. Prav tako glasna glasba na koncertu priljubljene rock skupine nekemu predstavlja velik užitek, drugemu pa moteč hrup.



## STE VEDELI?

### HRUP IN KREATIVNOST

Nekatere študije so pokazale, da lahko zmerna raven hrupa (približno 70 dB) poveča kreativnost. Sliši se nenavadno, a nekateri ljudje raje delajo v nekoliko glasnejšem okolju.



### NAJGLASNEJŠI HRUP V ZGODOVINI

Izbruh vulkana Krakatav v Indoneziji leta 1883 velja za najglasnejši zabeležen hrup v zgodovini. Slišali so ga tudi v 4.800 km oddaljenih krajih.

### TIŠJE NA CESTI

Električni avtomobili so znatno tišji od vozil z notranjim zgorevanjem. Po nekaterih raziskavah bi lahko onesnaževanje s hrupom v urbanih območjih zmanjšali do 40 %. Vendar zaradi svoje tišine predstavljajo izziv za varnost pešcev.



### NAJTIŠJI PROSTOR NA SVETU

<https://www.orfieldlabs.com>

Za najtišji prostor na svetu velja brezodmevna komora v laboratorijih Orfield v Minnesoti v ZDA. V njej vlada takšna tišina, da je moč slišati zvok lastnega srčnega utripa. Mnogim ljudem je daljše bivanje v takem okolju neprijetno.

### NARAVNA TIŠINA

Izsledki raziskav in izkušnje mnogih ljudi kažejo, da tišina v naravi, na primer v gozdovih ali gorah, zmanjšuje raven stresa, izboljšuje splošno dobro počutje in veča kreativnost.



### VAŠ HIŠNI LJUBLJENČEK SLIŠI BOLJE

Naši najbolj priljubljeni hišni ljubljenci, mačke in psi, slišijo bolje od nas. Mačke lahko slišijo zvoke v razponu od 45 Hz do 85 kHz, kar je bistveno širše od človeškega razpona, ki je navadno med 20 Hz do 20 kHz. Tudi kužki slišijo zvoke do približno 45 kHz.

## PRENESI APLIKACIJO!



### ŽE UPORABLJAŠ APLIKACIJO ZA ZAPOSLENE HIDRIA CONNECT? KAJ VSE TI OMOGOČA?



SPREMLJANJE  
DELOVNEGA ČASA



NAPOVED  
DOPUSTA



NAROČANJE  
MALIC



SPREMLJANJE  
NOVIC IN OBVESTIL



DIGITALNA  
VIZIKA

**TAKO  
PREPROSTO!**

Odkrij vse funkcionalnosti nove aplikacije **Hidria Connect**, ki jim bomo v prihodnjih mesecih dodali še številne nove in te o tem obvestili.

Skeniraj spodnjo QR kodo in prenesi aplikacijo **Hidria Connect** na svoj telefon!





# POSLOVNI UTRIP

Besedilo: Helena Pregelj, Vasja Kutin, Rok Podobnik

Fotografije: Robert Zabukovec, Marjan Verč, Tadej Kreft, arhiv Hidrie

Hidria je v letošnjem letu zabeležila pomembne mejnike, od odmevnih predstavitev na mednarodnih sejmih, do uspešno zaključenih naložb in projektov ter številnih dogodkov, ki so povezali zaposlene v Hidrii, poslovne partnerje in goste. V zadnjih mesecih smo se iskreno razveselili priznanj za inovativnost in zaščito intelektualne lastnine.



Poslovna enota Hidria Advancetec je na letošnjem kongresu Aachen Colloquium prvič javno predstavila rešitve s področja elektromobilnosti, in sicer kar štiri družine izdelkov za električna vozila.



## USPEŠNO NA MEDNARODNIH SEJMIH

Hidria se je v drugi polovici leta predstavila na treh pomembnih mednarodnih sejmih. Septembra je **Hidria Advancetec** razstavljal program ogrevalnih svečk na sejmu Automechanika v Frankfurtu, oktobra pa prvič javno razstavila rešitve za elektromobilnost na kongresu Aachen Colloquium v Aachnu. **Hidria Movent** je programe ventilatorjev uspešno predstavila na sejmu Chillventa v Nürnbergu.



## DRŽAVNO PRIZNANJE ZA INOVATIVNOST

Na Dnevu inovativnosti, ki je potekal septembra, so bila podeljena nacionalna priznanja za inovacije. Med inovatorji, ki so letos prejeli najvišja državna priznanja za inovativnost, je bila ekipa inovatorjev Hidriinega kompetenčnega centra Industrijska avtomatizacija. Priznanje je v imenu nagrajenih inovatorjev sprejel direktor kompetenčnega centra **dr. Primož Bajec**.



## PREJELI NAGRADO SVETOVNE ORGANIZACIJE ZA INTELEKTUALNO LASTNINO

Na Mednarodni konferenci o prenosu tehnologij – ITTC, ki jo organizira Inštitut Jožef Stefan, so oktobra podelili nacionalne nagrade Svetovne organizacije za intelektualno lastnino [WIPO]. Prestižno nagrado je za številne aktivnosti na področju prijave mednarodnih patentov prvič v zgodovini prejela Hidria. Priznanje sta sprejela strokovni sodelavec za EU projekte v Hidrii **Rok Podobnik** in **mag. Peter Uršič**, v Hidrii odgovoren za zaščito intelektualne lastnine.



## PRIDOBILI CERTIFIKAT TISAX

Po dveh letih dela v okviru projekta, v katerega so bili vključeni zaposleni s področij informacijskih tehnologij, digitalizacije, kadrovskega področja in razvoja, smo v Hidrii uspešno opravili zaključno presojo in pridobili certifikat TISAX. Z izpolnjevanjem zahtev TISAX zagotavljamo visoko raven varovanja informacij in zmanjšujemo tveganja za kibernetne napade.



## NA JESENICAH PRIČELI Z DELOM V VEČJI MERILNICI

Ekipa Hidrie Lamtec na Jesenicah je jeseni zaključila projekt prenove in širitve merilnice. S prenovo, ki jo je uspešno vodil vodja merilnice na Jesenicah **Matjaž Fenz** s sodelavci, so kar za tretjino povečali kapacitete, pridobili več prostora za boljše vzdrževanje 5S ter uredili delovna mesta za sodelavke in sodelavce merilnice.



## GOSTILI FESTIVAL INOVATIVNOSTI UNI.MINDS

Oktobra je Hidria v Kopru gostila udeležence festivala UNI.MINDS, največjega slovenskega festivala za grajenje inovacijske skupnosti in partnerstev med akademskim okoljem in gospodarstvom. Sodelavci Hidrie Alutec so udeležencem festivala uvodoma predstavili proizvodne prostore v Kopru. V nadaljevanju srečanja je direktor za inovativnost in razvoj v Hidrii **dr. Boštjan Berginc** predstavil Hidriin pristop k inoviranju.



# Z dobavitelji gradimo zeleno prihodnost

Besedilo: Helena Pregelj, Irena Rimac Gaspari  
Fotografije: Robert Zabukovec



Do **80 %**  
ogljčnega odtisa  
izdelka nastane pri  
dobaviteljih.

Do **15 %**  
večjo profitabilnost  
beležijo B2B podjetja,  
ki trajnost integrirajo  
v svoje proizvodne  
procese.

*Vir: Industrial Marketing  
Management*

Številne raziskave kažejo, da veliko večino, tudi do 80 % ogljičnega odtisa izdelkov ustvari dobavitelji. Ti imajo tako zelo pomemben vpliv na uresničevanje naših trajnostnih ciljev. Mi sami pa imamo pomembno nalogo: izbrati in

graditi partnerstva z dobavitelji, ki z nami delijo podobne vrednote, so odgovorni do ljudi, naravnega in družbenega okolja. Sodelovanje na področju trajnostnega razvoja, ki ga predstavljamo na naslednjih straneh, je bilo poleg

inovativnosti, kakovosti, digitalizacije, odpornosti dobaviteljske verige, tudi rdeča nit letošnjega Hidria Leonardo dneva, odmevnega srečanja Hidriinih ključnih dobaviteljev.



**V Hidrii se zavedamo, da so za ustvarjanje inovativnih in konkurenčnih rešitev ključna trdna partnerstva z dobavitelji, ki pomembno prispevajo k skupni rasti in dodani vrednosti Hidriinih rešitev. Zato že vrsto let, tudi v okviru projekta Hidria Leonardo, iščemo inovativne načine sodelovanja z dobaviteljsko verigo.**

**Simon Velikonja**, član poslovnega odbora Hidrie, poudarja: »Najboljše nabavne rešitve ustvarjamo z nenehnim učenjem, aktivnim povezovanjem interdisciplinarnih timov, razvojem dobaviteljev in močnimi partnerskimi odnosi. Zelo dobro se zavedamo,

da lahko le skupaj ustvarjamo našo prihodnost.« Dodaja, da je za odlične skupne uspehe ključnega pomena področje kakovosti, ki mu v Hidrii, tudi pri sodelovanju z dobavitelji, posvečamo posebno pozornost.

# Partnersko sodelovanje

## HIDRIINA POT DO TRAJNOSTNE DOBAVNE VERIGE

### 01

#### Kodeks ravnanja poslovnih partnerjev

Hidria je v lanskem letu izdala Kodeks ravnanja poslovnih partnerjev, ki zajema štiri glavna področja: delo, varstvo okolja, poslovne odnose in skrbni pregled dobaviteljske verige, ki vključuje tudi zahteve po odpravljanju morebitnih neskladnosti. Hidriini ključni partnerji so se s podpisom Kodeksa zavezali k spoštovanju njegovih določil.

### 02

#### Trajnostni vprašalnik za dobavitelje

V Hidrii smo v letošnjem letu s pomočjo trajnostnega vprašalnika pridobili koristne informacije o tem, kako imajo dobavitelji v svojih podjetjih organizirano trajnostno poslovanje. Vprašalnik je obsegal okoli 120 vprašanj s šestih glavnih področij: upravljanja, okolja, energije, ogljičnega odtisa, družbene odgovornosti in odgovornega upravljanja nabavne verige na strani dobaviteljev.

### 03

#### Politika trajnostne nabave

Politika trajnostne nabave, ki bo oblikovana v kratkem in bo po objavi posredovana ključnim dobaviteljem Hidrie, opredeljuje naša vedenja na področju nabave na poti trajnosti in zelene prihodnosti. Pri pripravi politike smo se držali načela, da smo v Hidrii zavezani nabavi trajnostnih materialov, storitev in izdelkov. Politika tudi poudarja, da naše sodelovanje z dobavitelji temelji na skupnih vrednotah, ki vključujejo spoštovanje človekovih pravic, poslovne etike, okolja ter ustvarjanje kakovostnih delovnih pogojev za zaposlene.

Kako pa z dobavitelji sodelujemo na področju trajnostnega razvoja? »Hidria je na tem področju že v preteklosti naredila številne pomembne korake. Mnogi projekti potekajo tudi danes in po moji oceni jih bo v prihodnosti še več,« pravi direktorica korporativne nabave **Irena Rimac Gaspari**.

Dodaja, da bomo z dobavitelji na področju trajnostnega razvoja tudi v prihodnje sodelovali na sedmih glavnih področjih: »Skrbeli bomo za zaposlene, skupnost in okolje. Skupaj bomo zmanjševali ogljični odtis materialov,

izdelkov, storitev in logistike. Nadaljevali bomo z iskanjem bolj zelenih materialov. Prehajali bomo na uporabo zelene energije. Pri investicijah se bomo vedno opirali na najnovejše zelene tehnologije. Uporabljali bomo reciklirano in vračljivo embalažo. Skupaj z dobavitelji se bomo redno izobraževali na področju okoljskih vsebin. Pri tem velja kot primer odlične prakse izpostaviti Hidria Leonardo dan in Hidriine dneve dobaviteljev.«



Irena Rimac Gaspari

# za trajnostni razvoj

04

## Ocena trajnostnega razvoja dobaviteljev

V Hidrii poteka analiza odgovorov, ki smo jih prejeli s pomočjo trajnostnih vprašalnikov za dobavitelje. Razveseljivo je, da je odgovore že posredovala velika večina ključnih poslovnih partnerjev. Na podlagi odgovorov bomo za vsakega dobavitelja določili oceno in cilje ter v prihodnosti s pomočjo kazalnikov spremljali njihov razvoj. Posebno pozornost namenjamo tudi upravljanju tveganj v celotni dobavni verigi.

05

## Trajnostni kazalniki v nabavi

Vzporedno z analizo odgovorov, pridobljenih s pomočjo trajnostnih vprašalnikov za dobavitelje, vzpostavljamo ključne trajnostne kazalnike v nabavi. S pomočjo kazalnikov bomo v prihodnje merili stopnjo trajnostnega razvoja in usposobljenosti Hidriinih dobaviteljev



## Primer odlične trajnostne prakse na Jesenicah

Hidria iz elektro pločevine izdeluje lamele za elektromotorje. Pri tem nastaja izmet, ki ga zberemo in dostavimo v proizvodnjo dobavitelja, podjetja SIJ Acroni. SIJ Acroni nato izmet pretopi v svoji elektroobločni peči in ponovno izdelava elektro pločevino ter druge vrste jekla. Ta postopek je prijazen okolju in hkrati zelo učinkovit. Dodatno trajnostno dimenzijo postopku daje kratka transportna pot, saj tako Hidria kot SIJ Acroni poslujeta na Jesenicah. Proizvodni lokaciji sta druga od druge oddaljeni le dober kilometer.

# Na Hidria Leonardo dnev o inovativnosti, trajnostnem razvoju, kakovosti

HIDRIA LEONARDO DAN, KI SMO GA PO NEKAJLETNEM PREMORU OKTOBRA LETOS PONOVO ORGANIZIRALI V SPODNJI IDRIJI, JE POVEZAL PREKO 130 KLJUČNIH DOBAVITELJEV IN SODELAVCEV HIDRIE.

Glavni direktor Hidrie **Bojan Gantar**, član poslovnega odbora Hidrie **Simon Velikonja** in direktorica korporativne nabave v Hidrii **Irena Rimac Gaspari** so v prvem delu srečanja predstavili Hidriino strategijo razvoja ter pomembne vidike sodelovanja z dobavitelji: **inovativnost, trajnostni razvoj, kakovost, digitalizacijo, odpornost dobaviteljske verige**.

Na Hidria Leonardo dnev so udeleženci spoznali tudi odlične prakse v **skupini Gonvarri**, lastnici Hidrie, ki sta jih predstavila

**Carlos Vieira** in **Fernando Díaz Puig**. Prakse v podjetju **NIDEC** je predstavil **Adrian Magda** in v podjetju **BASF Adriatic Simon Franko**. **Sara Isaković**, olimpijska podprvakinja, je v nadaljevanju srečanja spregovorila o tem, kako biti vrhunski in kako osebna rast vpliva na poslovno uspešnost.

Hidria Leonardo dan se je nadaljeval z ogledom Hidriinega visokotehnološkega centra e-mobilnosti in zaključil s slavnostno podelitvijo Leonardo priznanj Hidriinim dobaviteljem.







Priznanja Hidria Leonardo so prejela podjetja: **Hubert Stüken, Avastar Automation, SPV, Sašo Poštrak Sofronievski, Šorgo in Yaskawa Slovenija.**



# KILOMETRI



*Primož Makuc, višji nabavni logist  
v Hidrii Lamtec, avtomobilistični bloger*

## BMW serija 5

Znamka BMW v razredu poslovnih limuzin višjega razreda kraljuje že kar nekaj časa in skoraj nič drugače ni pri karavanski obliki serije 5, ki oblikovno sledi filozofiji znamke. Več serij oziroma modelov BMW si deli določene poteze. Nič ni prepuščeno naključju, vse je skrbno premišljeno. To se najbolj odrazi v notranjosti avtomobila, tudi z izbiro vrhunskih materialov. V koraku s časom je tehnološka povezljivost na različnih ravneh, tako s pametnimi telefoni kot s cestno infrastrukturo, kjer je to omogočeno.

Del te uspešne zgodbe je tudi Hidria, ki za serijo 5 dobavlja pokrov pogona volanske letve. Prednost te serije je, da je na voljo v vseh pogonskih oblikah: bencinski, dizelski, kot priključni hibrid in električna verzija. Vsakdo lahko najde nekaj za svoj okus. Kot zanimivost lahko navedemo, da najmočnejša različica M – priključni hibrid s štirikolesnim pogonom xDrive razvije kar vrtoglavih 727 KM.



## MERCEDES BENZ C300

Pri znamki Mercedes-Benz je za oblikovanje odgovoren Robert Lešnik, kar pa pri novem modelu C300 ni edino slovensko. Kombinacija luksuza, zmogljivosti in napredne tehnologije z elegantno zasnovo in aerodinamičnimi linijami pritegne poglede, medtem ko notranjost ponuja vrhunske materiale in udobje. Hidria s svojimi tehnološkimi rešitvami prispeva k blago hibridni tehnologiji pod oznako 48V, ki omogoča učinkovitejše delovanje sistema start/stop ter omogoča tako imenovano jadranje, ko bencinski motor za pogon avtomobila ni potreben. Rezultat so nižje emisije in poraba. Za brezskrbno vožnjo ponuja sistem MBUX in intuitivno multimedijsko enoto, ki omogoča enostavno povezovanje ter dostop do številnih funkcij. Opremljen je z najnovejšimi asistenčnimi sistemi za vožnjo, ki na cesti zagotavljajo brezskrbno izkušnjo. C300 se ponaša z odličnim ravnotežjem med športnostjo in udobjem. Z vsem, kar ponuja, je ultimativna izbira za tiste, ki iščejo prestiž in zmogljivost v enem vozilu.



# 05 KILOMETRI



## FIAT DUCATO/ADRIA S 670 SL CORAL PLUS

Hidria svoj odtis pušča tudi v segmentu dostavnih in počitniških vozil. Z gorilno svečko za hladen zagon dizelskega motorja poskrbi za nižje emisije in varčno porabo pri Fiatu Ducato, ki je glede na širok spekter uporabe lahko pravi transformer. Za eno izmed njegovih predelav poskrbi slovensko podjetje Adria Mobil, ki se ukvarja z izdelavo oziroma predelavo počitniških prikolic, avtodomov in nadgrajenih kombijev. V razred avtodomov spada tudi njihov Coral Plus S 670 SL, ki je baziran na Fiatu Ducato z 2,2-litrskim dizelskim motorjem in 140 KM. Gre za enega markantnejših avtodomov, saj ima po zaslugi sodobne notranje opreme ter občutka udobnega bivanja v atriju pridih elegantnega doma. Strešno in panoramsko okno zagotavlja več dnevne svetlobe, ki naredi notranji prostor bivalnika ne le svetlejši, temveč tudi večji. Odlikuje ga pametna povezljivost s telefonom in aplikacijo Adria Mach. Ta ponuja pametno daljinsko upravljanje vseh pomembnih funkcij ter intuitiven vpogled v zaloge energije in vode.



## KTM 1390 Super Adventure S Evo 2025

Povsem novi KTM 1390 Super Adventure S Evo predstavlja vrhunec ponudbe KTM avanturističnih motociklov s številnimi tehnološkimi in mehanskimi izboljšavami. Prenovljen okvir je za razliko od predhodnika tokrat izdelan iz aluminijevih zlitin. Hidria je s tem pripomogla k izboljšanju stabilnosti in vodljivosti. Gre namreč za trajnostni material, ki je hkrati tudi občutno lažji od jekla in posledično zagotavlja boljšo lego na cesti. Poleg tega je opremljen z najnovejšim vzmetenjem WP Apex SAT, ki zagotavlja natančno delovanje in dosledno blaženje. Prostornina motorja je povečana na 1.350 ccm, kar omogoča 173 KM in 145 Nm navora. Z razvojem in novimi rešitvami je optimizirano delovanje pri različnih obratih, to pa povečuje zmogljivost in zmanjšuje porabo. Nov 8-inčni TFT zaslon omogoča enostavno upravljanje, tudi z rokavicami, ter vključuje inovativne funkcije, kot je prilagodljiv tempomat. Novi 1390 Super Adventure S Evo predstavlja napreden motocikel za prave avanturiste.



INOVATIVNI TUDI V LETU 2024

# Prebojne rešitve za izzive prihodnosti

Besedilo: Rok Podobnik, dr. Boštjan Berginc, Helena Pregelj  
Fotografije: Robert Zabukovec

Tudi v letošnjem letu so Hidriini inovatorji razmišljali izven okvirjev in s predanim timskim delom iskali odgovore na izzive sodobne industrije. Ponosni smo, da je šest Hidriinih inovacij, ki so nastale v poslovnih enotah **Hidria Movent**, **Hidria Mototec** in Hidriinem kompetenčnem centru **Industrijska avtomatizacija**, prejelo regionalna priznanja Gospodarske zbornice Slovenije. Avtomatska univerzalna pakirna celica, inovativna rešitev kompetenčnega centra Industrijska avtomatizacija, se je uvrstila tudi med najboljše inovacije na državni ravni.

Na inovacijskem forumu Hidrie, ki je potekal novembra letos, je Hidria podelila pet bronastih, šest srebrnih in tri zlata priznanja ekipam inovatorjev. Na naslednjih straneh predstavljamo letošnje zlate inovacije in ekipe, ki so jih ustvarile.

## REŠITVE ZA AVTOMATIZACIJO PROIZVODNIH PROCESOV



V ekipi, ki je razvila **post processing linijo BLI NIDEC EVO** stator, so sodelovali: **Klemen Prešern, Jernej Kacin in dr. Vitoslav Bratuš.**

## REŠITVE ZA AVTOMATIZACIJO PROIZVODNIH PROCESOV



V ekipi, ki je razvila avtomatsko univerzalno pakirno celico, so sodelovali: **Vito Segajin, Denis Štremfelj, Kevin Černeka, Izток Nared, Luka Paladin, Tomaž Cimperšek, Karim Krivičič, Franc Rozman, Tomaž Boštjančič, Tilen Gustinčič, Almir Alibabić, Matjaž Malečkar, Tadej Pujac, Damjan Krivičič, Gregor Kuštrin in Boštjan Domjan.**

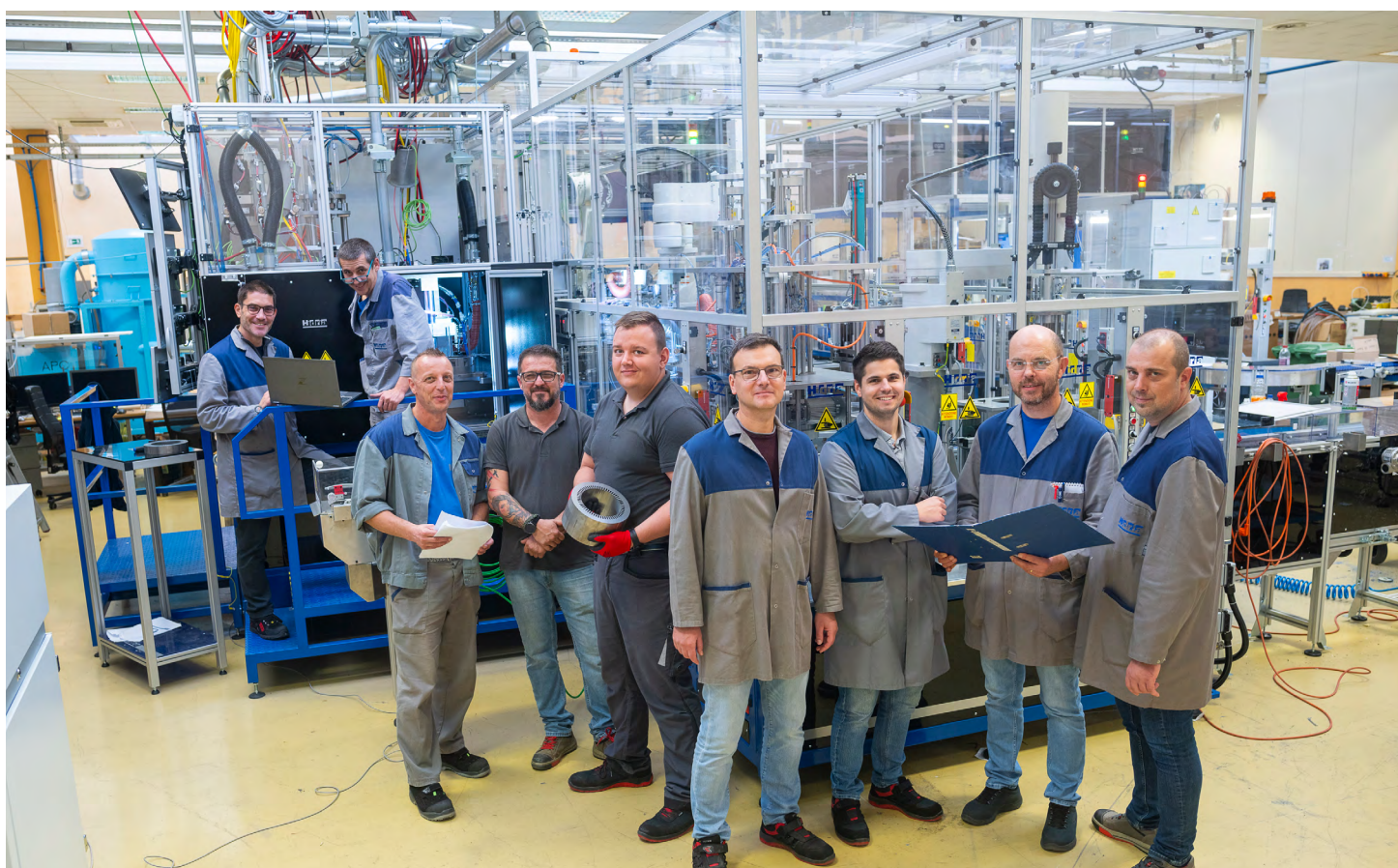
## REŠITVE ZA AVTOMATIZACIJO PROIZVODNIH PROCESOV



Celico za avtomatsko dodelavo statorskih paketov je razvila ekipa inovatorjev, v kateri so sodelovali: **Silvin Šavle, Gregor Kuštrin, Tomaž Boštjančič, Boštjan Domjan, Kevin Petronio, Dejan Cupin in Tadej Kodolja.**



## REŠITVE ZA AVTOMATIZACIJO PROIZVODNIH PROCESOV



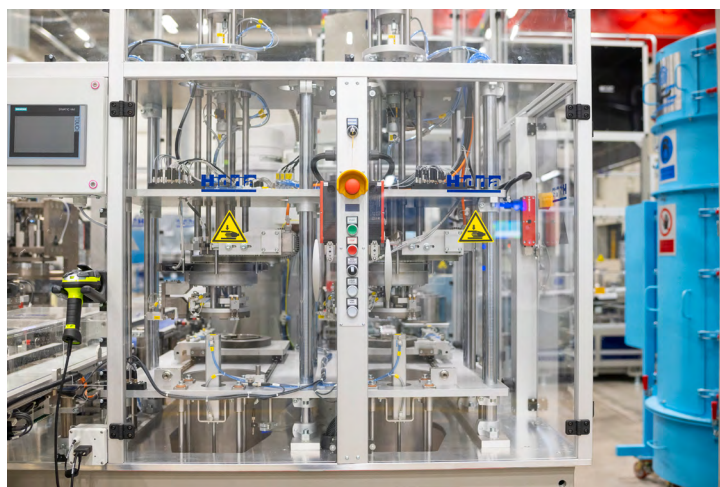
Autonomno celico za lasersko varjenje statorjev je razvila ekipa inovatorjev, v kateri so združili moči: **Silvin Šavle, Vito Segajin, Gregor Kuštrin, Franc Rozman, Damjan Krivičič, Anej Gulič, Tomaž Boštjančič, Boštjan Domjan, Alfjo Krivičič, Matjaž Malečkar, Tadej Pujac in Tadej Kodelja.**

## REŠITVE ZA AVTOMATIZACIJO PROIZVODNIH PROCESOV

Letošnja nagrada Hidrie za inovacijo je bila podeljena vrsti prebojnih inovacij, ki bodo omogočale najsodobnejšo proizvodnjo v Hidriinem visokotehnoškem centru e-mobilnosti. Po popolnem zagonu proizvodnje bodo nagrajene inovacije delovale kot čudovito usklajen orkester in ustvarjale edinstvene izdelke za električno mobilnost za najzahtevnejše Hidriine kupce.



Povsem nova linija s t. i. tehnologijo »backlack« indukcije prvič v sodobni avtomobilski industriji omogoča popolnoma delujočo tehnologijo indukcijskega lepljenja backlack, primerno za množično proizvodnjo z inovativno uporabo hladilnega sistema. Ta nize ohladi s 300 stopinj Celzija na sobno temperaturo z uporabo inovativnega postopka hlajenja in stiskanja.



Celica za avtomatsko predelavo statorskih paketov je opremljena z domiselno uporabo inovativnega vakuumskega sistema, ki omogoča popolnoma avtomatizirano odstranjevanje odvečnih lamel iz statorskih skladov v izjemno hitrem toku stiskalnice za hitro štancanje.



Avtonomna celica za lasersko varjenje statorja omogoča varjenje različnih tipov statorskih paketov na eni proizvodni liniji ob popolni izključitvi človeškega faktorja in tako zagotavlja proizvodnjo brez napak.



Avtomatska univerzalna pakirna celica vključuje lasten Hidriin sistem 3-D vision, ki omogoča pakiranje težkih polizdelkov v neponovljive namenske blistre in palete s 100-odstotno zanesljivostjo.

## DELNO GIBLJIVA PRIROBNICA

Nagrado Hidrie za inovacijo je letos prejela ekipa inovatorjev iz **Hidrie Advancetec**, v kateri so sodelovali: **dr. Miha Kenda**, **Ana Lipušček** in **Dejan Mavrič**.



Delno fleksibilna prirobnica je preprosta a kreativna rešitev, ki učinkovito duši nihanje vitkih osnosimetričnih izdelkov, ki tvorijo osnovo Hidriine nove linije izdelkov s področja sensorike. Glavni element napredne prirobnice je ločen podaljšek cevke, ki ustvarja torni stik na prirobnici. Stik omogoča delno gibljivost in absorpcijo znatnega dela energije, ki med vibriranjem deluje na konzolno obremenjen del. Inovativna rešitev omogoča nemoteno delovanje izdelka pri temperaturah do 1000 stopinj Celzija in močno podaljša življenjsko dobo izdelka.

## INDUSTRIALIZACIJA PROCESA ROBOTSKEGA VARJENJA Z UPORABO DIGITAL TWIN

Nagrado Hidrie za inovacijo je prejela ekipa inovatorjev iz poslovne enote **Hidria Mototec**, v kateri so sodelovali: **Uroš Jerič, Dino Klobas, Christian Tosolini in Dejan Ignjatovič.**



Industrializacija robotskega varilnega procesa z uporabo digitalnega dvojčka vključuje domiselno uporabo programske opreme za programiranje robotov, ki je bila prvotno namenjena izključno programiranju robotov v načinu brez povezave. Novi način robotskega varjenja učinkovito nadomešča prejšnji dolgotrajnejši postopek. Z novim pristopom je čas izdelave prvih prototipnih okvirjev za kupce skrajšan s pet dni na le en dan, s čimer je Hidria močno prehitela konkurenco.



Inovacije predstavljajo motor napredka vsakega podjetja in družbe kot celote. Brez njih ni mogoče ostati konkurenčen in dolgoročno uspešen. Kaj pravzaprav pomeni inovirati in zakaj nekatere inovacije uspejo, druge pa utonejo v pozabo? Inoviranje omogoča perspektivno delovanje in preživetje podjetja. Spreminjajoči se trgi, tehnološki napredek in potrebe uporabnikov zahtevajo nenehno prilagajanje in izboljšave. V svetu je kar nekaj primerov podjetij, ki se niso uspela prilagoditi hitrim spremembam na trgu in prihajajočim novim tehnologijam. Mednje sodita nekdanja tehnološka velikana Kodak in Nokia.

Prvo je bilo v 20. stoletju vodilno ime na področju industrije fotografije in obvladovalo je trg filmskih trakov ter fotoaparatorov. Pri Kodaku so že leta 1975 razvili prvo digitalno kamero, a tehnologije niso komercializirali. Bali so se namreč, da bi takšno ravnanje ogrozilo njihovo tradicionalno filmsko dejavnost, ki jim je prinašala velik dobiček. Kljub temu so leta 2012 razglasili bankrot.

Drugo podjetje, Nokia, je bilo nekdanj sinonim za mobilne telefone. Na prelomu tisočletja je dominiralo na svetovnem trgu, ni pa se pravočasno odzvalo na spremembo, ki je narekovala razvoj pametnih telefonov z zasloni na dotik. Te je leta 2007 že populariziral Apple, Nokia pa konkurenčne programske opreme in aplikacijskega ekosistema ni uspela razviti.

Uspešno inoviranje torej zahteva veliko več kot le dobro idejo. Pomembno je ustvariti kulturo, ki spodbuja kreativnost in odprtost za nove ideje. To vključuje spodbujanje sodelovanja med različnimi oddelki, omogočanje dostopa do potrebnih virov in ustvarjanje okolja, kjer zaposleni čutijo, da so njihova mnenja pomembna. V podjetju Hidria se trudimo graditi tovrstno okolje z nenehnim

## Zakaj je inoviranje pomembno

poudarkom na medsebojnem povezovanju, izmenjavi znanja in inovativnih praks. Ljudje smo najbolj inovativni, ko nas izzivi in težave prisilijo, da presežemo ustaljene okvire razmišljanja in iščemo rešitve, ki jih obstoječi pristopi ne ponujajo. Inovacije pogosto nastanejo pod pritiskom, ko čas in konkurenca narekujejo hitro ukrepanje, ali ko si upamo tvegati in stopiti v neznano. V Hidrii smo ponosni na inovatorje in inovatorke. Vsako leto je vsaj ena inovacija nagrajena na nacionalnem tekmovanju GZS, v povprečju vložimo tri patente letno, podamo skoraj 4000 drobnih predlogov in z vsakodnevnimi izboljšavami ustvarimo okoli 10 milijonov evrov prihrankov.

V proces inoviranja smo vključeni vsi zaposleni. Od vodstva, ki ustvari vizijo, pripravi strategijo in spodbuja inovativno kulturo, do zaposlenih, ki s svojimi predlogi in rešitvami realizirajo ideje. V Hidrii že vrsto let sistematično razvijamo nove poslovne modele, inovativne izdelke in tehnološke rešitve.

Ključni dejavniki, ki to omogočajo, so:

- **drobni predlogi,**
- **Hidriin sistem stalnih izboljšav (HCI),**
- **odprto inoviranje,** kar pomeni intenzivno povezovanje s kupci, dobavitelji in drugimi podjetji ter institucijami znanja,
- vsakoletna **priznanja najboljšim Hidriinim inovatorjem,**
- **intelektualna zaščita** pomembnih prebojnih rešitev
- in **psihološka varnost,** ki omogoča, da so zaposleni sproščeni in posledično inovativni.

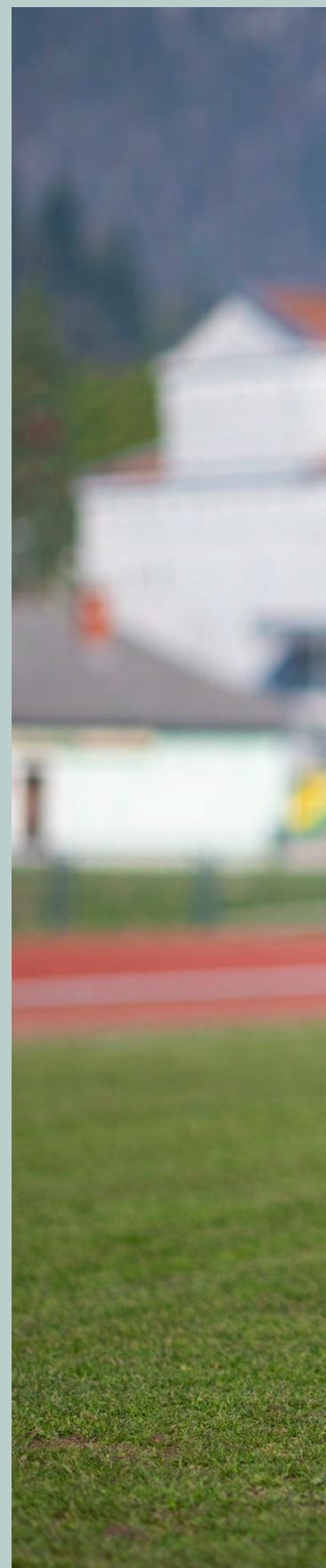
Inoviranje je za prihodnost Hidrie osrednjega pomena. Le s kulturo odprtosti, sodelovanja in nenehnim izboljševanjem bomo lahko še naprej ustvarjali inovacije, ki oblikujejo našo prihodnost.

## Zdrav razvoj mladih in skupnosti

Besedilo: Helena Pregelj

Fotografije: Robert Zabukovec in arhivi društev

V Hidrii smo zavezani k ustvarjanju pozitivnega vpliva na mlade in okolje, v katerem delujemo. Aktivno sodelujemo pri številnih projektih, spodbujamo zdrav razvoj mladih generacij in krepimo vezi v lokalnih skupnostih. S ponosom podpiramo več kot 50 posameznikov, projektov, društev in ustanov, ki s svojo predanostjo in strastjo prispevajo k boljšemu jutri. Verjamemo, da lahko s skupnimi močmi ustvarimo zdravo in spodbudno okolje.



»To, da Hidria podpira našo dejavnost, je zagotovo velik plus, tako za Nogometni klub Tolmin kot tudi za vse generacije mladih nogometašev v Posočju.

Mladi nogometaši pridno trenirajo ter tako skrbijo za svoje zdravje in svoj razvoj. S Hidriino podporo se za nogomet v Tolminu tudi v prihodnosti ni bati.«

**Bine Kavčič**, sodelavec na področju razvoja dobaviteljev v Hidrii Advancetec, igralec in kapetan članske ekipe Nogometnega kluba Tolmin





## HIDRIINE MARATONCE

Ekipa sodelavk in sodelavcev Hidrie ter družinskih članov je oktobra nastopila na najbolj množični tekaški prireditvi v Sloveniji, tradicionalnem Ljubljanskem maratonu. Iskrene čestitke vsem, posebej **Tjaši Rutar**, **Boštjanu Tušarju** in **Mateju Urbasu**, ki so letos uspešno premagali 42-kilometrsko preizkušnjo.



## UŽIVANJE LOKALNE HRANE

Tradicionalni slovenski zajtrk je dogodek, ki obeležuje dan slovenske hrane. V petek, 15. novembra, smo se tudi v Hidrii pridružili vseslovenski akciji. Ob skupnem zajtrku smo se spomnili na pomembnost prvega dnevnega obroka, zdravega načina prehranjevanja in izbire sveže hrane lokalnega porekla.





## MLADE NA KARIERNI POTI

Preko 30 mladih se je poleti udeležilo zanimivega srečanja Hidriinih štipendistov. Srečanje je bilo prežeto s pozitivno energijo, inovativnimi idejami in medsebojnim povezovanjem. Mladim in iskalcem zaposlitve smo Hidrio predstavili tudi na številnih drugih dogodkih, od Kariernega sejma in Inženirskega piknika v Ljubljani, do Dneva poklicev in podjetništva v Idriji.



## ZVEZO PRIJATELJEV MLADINE

Hidria je kot donator podprla praznovanje 70. obletnice delovanja Zveze prijateljev mladine Idrija, ki je oktobra potekala v Idriji. Prireditvev "70 let ZPM Idrija: Prijatelji vseh letnih časov" se je začela s slovesnostjo v Filmskem gledališču v Idriji in nadaljevala s sproščeno zabavo s skupino Čuki v Modri dvorani.

## DRŽAVNEGA PRVAKA ENEJA LOGARJA

Z zmago na dirki na Grobniku na Hrvaškem je **Enej Logar**, član AMD Domžale, osvojil četrti zaporedni naslov državnega prvaka v razredu supersport 600 za leto 2024. Kljub spremenljivemu vremenu je v kvalifikacijah dosegel prvi štartni položaj in v dirki zadržal vodstvo. Med podporniki uspešnega tekmovalca je tudi Hidria. Enej s Hidrio ne sodeluje le kot športnik, ampak tu zadnji dve leti opravlja tudi prakso kot študent strojništva.



## DRŽAVNEGA PRVAKA JANA MEDVEDA

**Jan Medved** je s sovoznikom **Izidorjem Šavljem** dosegel izjemen preobrat na državnem prvenstvu. Po težkem začetku sezone, ko so ga mnogi odpisali, je našel "prestavo več" in zmagal v Novi Gorici ter dolini Soče. Na reliju v Idriji je s tretjo zaporedno zmago osvojil drugi naslov državnega prvaka v drugi diviziji. Na Janov uspeh je v vlogi sponzorja ponosna tudi Hidria.



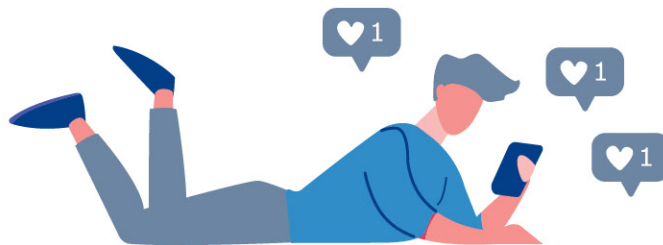
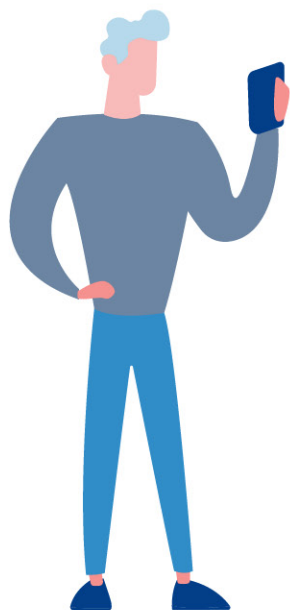


KENDOV  
DVOREC



## PRAZNUJTE NA KENDOVEM DVORCU

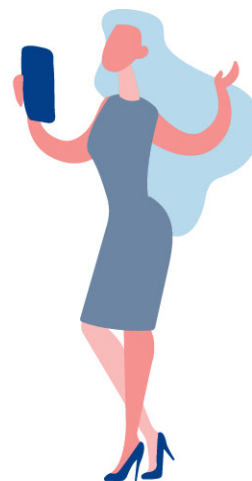
V predprazničnem času vas vabimo na Kendov dvorec. Uživajte v prijetnem ambientu in vrhunski kulinariki! Z veseljem vas bomo gostili ob vaših družinskih praznovanjih ali druženjih s sodelavci. Najlepše darilo je doživetje – podarite najbližjim darilni bon za večerjo, nočitev ali jih povabite na klepet ob kavi v umirjeno okolje Kendovega dvorca.



Nam  
že sledite?



Spremljajte zanimive vsebine o Hidrii in njeni ekipi na socialnih omrežjih LinkedIn, Instagram in Facebook.



Želite prejemati  
revijo Hidria?

Če želite prejemati revijo Hidria, nam pišite na naslov:

[pr@hidria.com](mailto:pr@hidria.com). Revijo bomo z veseljem poslali  
na vaš domač ali službeni naslov.

Revija Hidria  
v elektronski obliki



Revija je tiskana na papir Sora matt, s certifikatoma PEFC\* in FSC\*\*.

\*PEFC – Certifikat zagotavlja, da les in papir izhajata iz trajnostno upravljanih gozdov. To pomeni, da se upoštevajo tako ekološki, ekonomski kot tudi socialni kriteriji - in sicer skozi celotno predelovalno verigo, od gozda do končnega izdelka. S tem je pri nakupu izdelka z logotipom PEFC™ zagotovljeno, da je možno brez dvoma slediti izvoru lesa in da je le-ta preverjen.

\*\*FSC – Forest Stewardship Council (ustanovljen leta 1953) je neodvisna, neprofitna, nevladna organizacija s sedežem v Bonnu (Nemčija), ki je v Evropi vzpostavila mednarodni sistem certificiranja gozdov. Organizacija stremi k ohranitvi gozdov in vzpodbuja odgovorno gospodarjenje z njimi.

**Vsebine 44. številke revije Hidria so sooblikovali sodelavke in sodelavci Hidrie:**  
Tanja Kenda, Primož Makuc, Tina Čuk, dr. Boštjan Berginc, Ančka Gantar Mivšek, Sabina Vidmar, Ivan Kosmač, Rok Podobnik, Renato Leoni, Grega Orel, Blaž Vončina, Jurij Ferfolja, Sabina Bončina, Nina Jan, Mirko Rupnik, Jan Miklavčič, Igor Tuljak, Luka Udovič, Bastian Köppe, Murat Aksoy, Kaja Erjavec, Maja Pušnik, Martina Česnik Pivk, Robert Vrhovec, dr. Matej Milavec, dr. Vitoslav Bratuš, Vasja Kutin, Irena Rimac Gaspari, Bine Kavčič, Aleš Šuligoj, Boris Cergol, Simon Malovec, dr. Primož Bajec.

Za prispevek Zimska idila tudi v naših kuhinjah se zahvaljujemo Kristini Smodila. Za pogovor o ergonomiji se zahvaljujemo Zlatku Periču. Za sodelovanje pri prispevku Partnersko sodelovanje za trajnostni razvoj se zahvaljujemo ekipi podjetja SIJ Acroni.

Revija izhaja dvakrat letno v slovenskem jeziku. Revijo brezplačno prejemajo zaposleni v Hidrii, gospodinjstva v občini Idrija, poslovni partnerji, štipendisti in drugi zainteresirani partnerji.

Revija Hidria izdaja:  
**Hidria d.o.o.**  
Spodnja Kanomlja 23, 5281 Spodnja Idrija  
[www.hidria.com](http://www.hidria.com)

**Glavna urednica:** Helena Pregelj  
**Urednik fotografije:** Robert Zabukovec  
**Oblikovanje:** Kristina Smodila  
**Fotografija na naslovnici:** Hidriina ambasadorica zdravja  
Martina Česnik Pivk z ekipo financ, računovodstva in kontrolinga  
**Jezikovni pregled:** Vanja Jež Strel  
**Tisk:** Tiskarna Schwarz  
**Naklada:** 6.750 izvodov

# Vesel božič in srečno novo leto!



**Hidria**

Sredstva, ki smo jih v prazničnem času navadno namenili obdarovanju poslovnih partnerjev, bomo v Hidrii letos podarili obolelim z rakom, in sicer projektu, namenjenemu osveščanju in preprečevanju kožnega melanoma, ter Junakom 3. nadstropja – otrokom, ki se borijo z rakom. Če želite tudi sami ponuditi oporo otrokom in njihovim družinam, vas vabimo, da pošljete SMS JUNAK15 na 1919 in tako prispevate 5€.