

HMMCN^ews

Revoluční Tucson:
na cestě z Nošovic



Nový
TUCSON

Obsah HMMCNews 10

Nový Tucson v médiích	2-3
Editorial	3
Jaký bude nový Tucson?	4-5
Předchůdci nového Tucsonu	6
Nový model Hyundai i30 N	7
Představení oddělení – Lisovna	8-9
Výrobní výsledky	10
BOZP + interní auditoři	11
Příběh zaměstnance	12
Soutěž vodíkových modelů aut	13
Jak posílit imunitu?	13
Nová Kona a i20 N Line	14
Zábava	15
Recept a infokoutek	16

Staňte se fanouškem:



plus.hyundai-motor.cz



facebook.com/HyundaiNosovice



instagram.com/HyundaiNosovice



youtube.com/HyundaiNosovice



www.hyundai-motor.cz

HMMC News

vydává Hyundai Motor Manufacturing Czech s.r.o.
Průmyslová zóna Nošovice
Hyundai 700/1
739 51 Nižní Lhoty

Redakce:

Oddělení vnějších vztahů
Šéfredaktor: Lukáš Morys
e-mail: lukas.morys@hyundai-motor.cz
tel.: +420 596 141 662
Grafika: Lumír Hrabčák
Foto: Lumír Hrabčák, Hyundai.

Evidenční číslo: MK ČR E 18145
Datum další uzávěrky: 30. 10. 2020

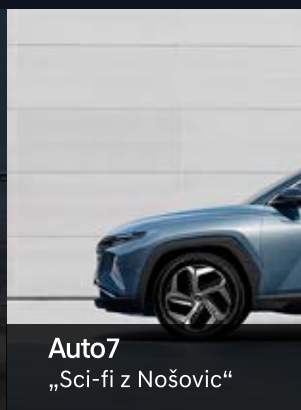


To je on: nový Tucson



auto.cz

„Nový Hyundai Tucson šokuje futuristickými světlomety i kabinou“



Auto7

„Sci-fi z Nošovic“



autobible.cz

„Český Hyundai Tucson láká na odvážný styl“

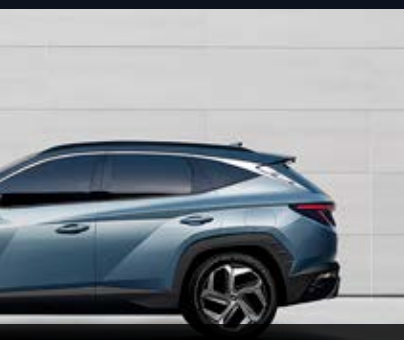


Automobil

„Futurismus“



Technologický skvost s výjimečným designem – to je zcela nový Hyundai Tucson. Nástupce oblíbeného stejnojmenného modelu má znovu ambice stát se vlajkovou lodí nošovické automobilky a světově vyhledávaným SUV. Předurčuje ho k tomu nejen fascinující design, sofistikovaný interiér a široká nabídka pohonů, ale také nejlepší bezpečnostní výbava ve své třídě a praktická řešení orientovaná na rodiny a progresivní zákazníky. Při světové premiéře nadchla motoristické nadšence i tuzemská média.



garáž.cz

„Hyundai Tucson zahajuje největší revoluci v dějinách značky“



Svět motorů

„Revoluce z Nošovic“



Editorial

Milí čtenáři,

loučící se generace modelu Tucson se nesmazatelně zapíše do historie nošovické automobilky. Oblíbené SUV stálo za dalším rozmachem společnosti HMMC. Uspělo ve světě i na českém trhu - stačí se na ulicích dívat okolo sebe a dost pravděpodobně na Tucson natrefíte. Přicházející nová generace Tucsonu si bere to nejlepší ze „starého“, ale posouvá se v mnoha ohledech ještě o kus dál. Už pokrokový design auta napoví, že tohle je pořádná změna. Nový Tucson nepůjde přehlédnout. Působí dynamičtěji a stylověji, nabídne více prostoru, ale také elektrifikovanou řadu motorů a pozoruhodný interiér. To vše s hlavním cílem – aby navázal na úspěchy minulé generace Tucsonu. Nejen o Tucsonu je ale nové číslo časopisu HMMC News. Dozvíte se i o dalších novinkách Hyundai a výrobních výsledcích za uplynulé čtvrtletí. Představíme důležitou fázi výroby i příběh zaměstnance, kterému před odchodem do důchodu prošly pod rukama statisíce převo-dovek. Nechybí ani další témata ze života v automobilce a nezbytná porce zábavy.

Barevný podzim přeje

Lukáš Morys,
šéfredaktor HMMC News

Čím zaujme nový Tucson?

Nový Hyundai Tucson je pokrokový a experimentální. Řidičům nabídne ještě vyšší úroveň komfortu a praktičnosti.

Nastupující Tucson není pouhou evolucí předchozí generace. Designově představuje pro značku Hyundai doslova revoluci. Karoserie je v porovnání s předchůdcem celkově větší a širší, a její design kombinuje ostré hrany a dynamické proporce s pestrým střídáním ploch. Výsledkem je progresivní vzhled bez kompromisů s charakterem robustního SUV, jímž se Tucson tradičně vyznačuje. Originální „parametrická skrytá světla“ jsou unikátní designovou a technologickou inovací, dodávající Tucsonu nezaměnitelný vzhled. Jakmile jsou světla vypnuta, vypadají jako pokrytá tmavými geometrickými vzory, které díky perfektnímu začlenění do mřížky chladiče téměř nelze rozeznat od LED světel pro denní svícení. Dynamické proporce a nová platforma nového modelu Tucson umožnily vytvořit široký, otevřený vnitřní prostor, zaručující cestujícím komfort a volnost pohybu v míře obvyklé pouze u modelů z vyšších segmentů. Nový Tucson je tak prostornější než dosud. V porovnání s předchozí generací je o 20 mm delší a o 15 mm širší. Rozvor náprav vzrostl o 10 mm. Cestující na sedadlech vzadu si mohou díky tomu užívat o 26 mm většího prostoru pro nohy. Toho bylo u variant s hybridním i konvenčním pohonem dosaženo díky chytrému umístění sady akumulátorů pod zadními sedadly.

Objem zavazadlového prostoru se zvětšil o 33 až 107 litrů v závislosti na zvoleném stupni výbavy a pohonu. Celkově je pro zavazadla k dispozici prostor o objemu až 620 litrů se vzpřímenými zadními sedadly nebo až 1799 litrů po jejich sklopení.

Zcela nový Tucson je vybaven řadou nejmodernějších, uživatelsky přívětivých technologií. Řidič má k dispozici digitální, kompletně konfigurovatelný 10,25“ přístrojový panel a 10,25“ displej multi-mediálního systému.

Naše novinka uspokojí řidiče s nejrůznějšími požadavky díky nabídce tří elektrifikovaných pohonů a dvou spalovacích motorů s výběrem čtyř převodovek. Svou pověst opravdového SUV nejen nabídkou pohonu všech kol, ale také novým voličem terénních jízdních režimů, který zaručí řidiči ještě větší potěšení z jízdy. První vozy Tucson čtvrté generace – hybridní verze, vznětové a zážehové motory včetně variant s 48V mild-hybridním pohonem – se objeví v evropských showroomech značky Hyundai na konci letošního roku. Na začátku příštího roku bude následovat plug-in hybridní verze a stupeň výbavy N Line.



ENGINE RED



AMAZON GRAY



SILKY BRONZE



TEAL



DARK KNIGHT



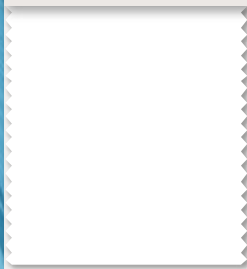
SUNSET RED



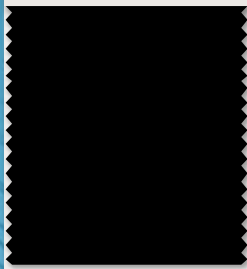
SHIMMERING SILVER



POLAR WHITE



PHANTOM BLACK



Barvy nového Tucsonu:

Zákazníci si mohou nový Tucson zvolit v jednom z devíti laků karoserie. Pro ještě širší možnosti individualizace lze vybrat také příplatkovou barevně odlišenou střechu ve dvou vybraných tmavých odstínech.

- Shimmering Silver, na přání se střechou v odstínu Dark Knight
- Amazon Gray, volitelně se střechou v odstínu Phantom Black
- Teal, volitelně se střechou v odstínu Dark Knight
- Phantom Black, volitelně se střechou v odstínu Dark Knight
- Polar White, volitelně se střechou v odstínu Phantom Black
- Engine Red, volitelně se střechou v odstínu Phantom Black
- Sunset Red, volitelně se střechou v odstínu Phantom Black
- Silky Bronze, volitelně se střechou v odstínu Dark Knight
- Dark Knight, volitelně se střechou v odstínu Phantom Black

Barevné varianty interiéru:

- Jednobarevný černý interiér (látkové nebo kožené čalounění)
- Dvoubarevný interiér v odstínech černá a šedá Moss (látkové nebo kožené čalounění)
- Tmavý modrozelený paket (látkové nebo kožené čalounění)



Jak šel čas: Tucson a jeho předchůdci

Nový Tucson je čtvrtou generací úspěšného bestselleru značky Hyundai. Od jeho představení v roce 2004 se na celém světě prodalo více než 7 milionů vozů, z nichž 1,4 milionu bylo předáno zákazníkům v Evropě. Díky tomu se stal Tucson globálně nejprodávanějším SUV Hyundai. Předchůdci přicházející nové generace Tucsonu stáli i za masivním rozvojem nošovické automobilky.



Červen 2015: zahájení výroby modelu Tucson



Červenec 2011: ix35 – první SUV z Nošovic

Hyundai ix35 se původně v roce 2010 začal vyrábět v sesterském závodě Kia Motors Slovakia. V Nošovicích se naopak tehdy vyráběl model Kia Venga. Počátkem roku 2011 bylo ale rozhodnuto o přesunu výroby, protože poptávka po SUV modelech Hyundai ix35 a Kia Sportage, vyráběných souběžně v KMS, byla tak vysoká, že ji žilinský závod nebyl schopen z kapacitních důvodů uspokojit. Model ix35 se v Nošovicích vyráběl čtyři roky, za tu dobu sjelo z linek přes 600 tisíc vozů. Pětina z nich zamířila do Ruska. Velký zájem byl také v Německu, Velké Británii, Itálii a Španělsku. Model Hyundai ix35 byl ale žádaný i v mimoevropských zemích. Například do Austrálie jich z Nošovic putovalo přes 28 tisíc.

V červnu 2015 byl v Nošovicích vyroben první sériově vyrobený vůz Hyundai Tucson, který nahradil model Hyundai ix35. Tucson se svým názvem vrátil k odkazu prvního modelu značky Hyundai v této kategorii, který byl uveden na trh v roce 2004. Z nošovické linky sjížděl Tucson doslova jako na běžícím pásu. Za více než pět let bylo vyrobeno přes 1,1 milionu vozů. Uspěl na náročných trzích v Německu, Velké Británii, ale také na Blízkém východě a celkově v desítkách zemí po celém světě. Výroba tohoto důležitého modelu posunula nošovickou automobilku především v kvalitě a technické úrovni výroby. V červnu 2018 prošel Tucson faceliftem. Kromě běžné verze začala později z linky sjíždět sportovněji laděná verze N Line. V loňském roce tvořil Tucson 70 % všech vyrobených aut v HMMC, podobné je to i letos.



Rok 2004: Tucson 1. generace

Ostrý facelift i30 N: ještě větší požitek z jízdy

Vysoký výkon. Výbava pro velmi sportovní jízdu. Emocionální zvuk. Skutečně sportovní design. To vše zdobí nošovický vůz Hyundai i30 N. Brzy dostane nástupce.

„N“ jako Namyang, Nürburgring nebo Nošovice. Model i30 N odstartoval před třemi lety novou éru pro Hyundai Motor – první člen řady vysokovýkonných modelů N nabídl mimořádné potěšení z jízdy. Pro motoristické nadšence se stal ikonou. U novinářů posbíral řadu ocenění. Auto zrozené v globálním výzkumném a vývojovém středisku Hyundai v korejském Namyangu a přivedené k dokonalosti na jednom z nejnáročnějších závodních okruhů na světě – německém Nürburgringu – dostane nástupce, který se v Evropě začne prodávat na počátku roku 2021. I ten se bude vyrábět v Nošovicích, kde dosud vzniklo přes 30 tisíc vozů i30 N určených hlavně pro Evropu.

Hbitost v zatáčkách

Model i30 N se zaměřuje na tři nejdůležitější pilíře, které přinášejí maximální potěšení z jízdy, a to: chování vozu v zatáčkách, výkony na závodním okruhu a charakter sportovního vozu v každodenním provozu. Nový model i30 N bude poprvé k dispozici s osmistupňovou převodovkou N DCT se dvěma

kapalinovými spojkami, pádly pro manuální řazení a třemi novými N režimy pro ještě sportovnější jízdu.

I nadále ale bude i30 N také s oblíbeným manuálem.

Nová kovaná 19“ kola z lehké slitiny a odlehčená sedadla N znamenají další snížení hmotnosti a umožní ještě lepší ovladatelnost. Nový model i30 N ve standardní výbavě s 6 stupňovou manuální převodovkou poskytuje nejvyšší výkon 250 koní a maximální točivý moment 353 Nm. Zákazníci však mohou zvolit i paket Performance se zvýšeným výkonem motoru 280 koní, což znamená nárůst výkonu o 5 koní oproti stávajícímu modelu. K tomuto motoru jsou alternativně dodávány obě převodovky, 6MT i N DCT. Maximální točivý moment verze s paketem Performance vzrostl o 39 Nm na 392 Nm.

Oba stupně výbavy mají nejvyšší rychlost 250 km/h. Nová Hyundai i30 N s paketem Performance dokáže zrychlit z 0 na 100 km/h za 5,9 sekundy. V porovnání s předchozím modelem jde o zlepšení o 0,2 sekundy. Stejně jako u předchozího modelu, i nová i30 N bude k dispozici jako hatchback a fastback.



Dlouhé svitky ocelového pozinkovaného plechu na okraji Lisovny prozatím nepřipomínají auto ani zpovzdálí. Přitom právě tady se začíná rodit nový vůz – od plechu až po finální produkt musí urazit dlouhou cestu.



Plech se nejdříve odvíjí ze svitku, narovná a nastříhá na požadovanou velikost. Ústředním prvkem Lisovny je dvojice obřích lisů. Podavač bere nastříhané plechové polotovary po jednom a vkládá je do lisu. Jejich lisovací síla je 5 400 tun rozdělených do čtyř postupných lisovacích fází. Výsledkem je plech vytvarovaný do požadovaného tvaru. Na konci jsou díly uloženy automatickým paletizérem. Výzvou pro Lisovnu je každý nový model přicházející do výroby. V případě nového Tucsonu to platí dvojnásob. „Nový Tucson má spoustu hran a prolisů, které vyžadují při nastavení forem a výrobě určité větší dohled a péči. I přes komplikované tvary se s tím naši zkušení zaměstnanci doslova poprali. Výsledek stojí za to. Naši chlapi jsou srdcaři. Jsou si plně vědomi toho, že výroba auta začíná právě na Lisovně a v případě poškozeného panelu z výroby pak není pochyb, kde k poškození došlo,“ říká vedoucí Lisovny Pavel Šmída.

Lisovna: tady začíná



Pravidelná kontrola

Plánování výroby se řídí především aktuálním počtem dílů na paletách a plánovanými sekvencemi na Svařovny. Díly se vyrábějí do zásoby na minimálně jednu směnu dopředu. Výrobky jsou do dalšího procesu posílány v paletách na Svařovnu pomocí vysokozdvizných vozíků. Výjimku tvoří bočnice, které tam míří dopravníkem. Každý pětadvacátý díl je vizuálně a manuálně zkontrolován na tzv. inspekčním stole. Atraktivní podívaná se ale odehrává i pod

povrchem Lisovny. Veškeré díly jsou po lisování, propadá z forem do kolejnic. Poté je slisován do kostek o hmotnosti 150 kg. Několikrát denně pak jsou palety naloženy a pomocí obrovského montážního stroje přeneseny do Svařovny. Kostky jsou pak naloženy na palety a posílány do Svařovny. V Koreji k dalšímu zpracování jsou posílány do HMMC – kam se řadí i Lakovna, Finální montáž. Na Lisovně se nejmenší zaměřuje na povědnosti na jednotlivé

cesta auta



ZAJÍMAVOST

Za rok 2019 bylo na Lisovně zpracováno **60 517** tun ocelového materiálu, a vyrobeno **5 309 810** ks výrobků. Vyrábí se **84** různých dílů – zkraje října dokonce **108** dílů, a to kvůli výrobě stávající i nové generace modelu Tucson.



Letošní rok je náročný

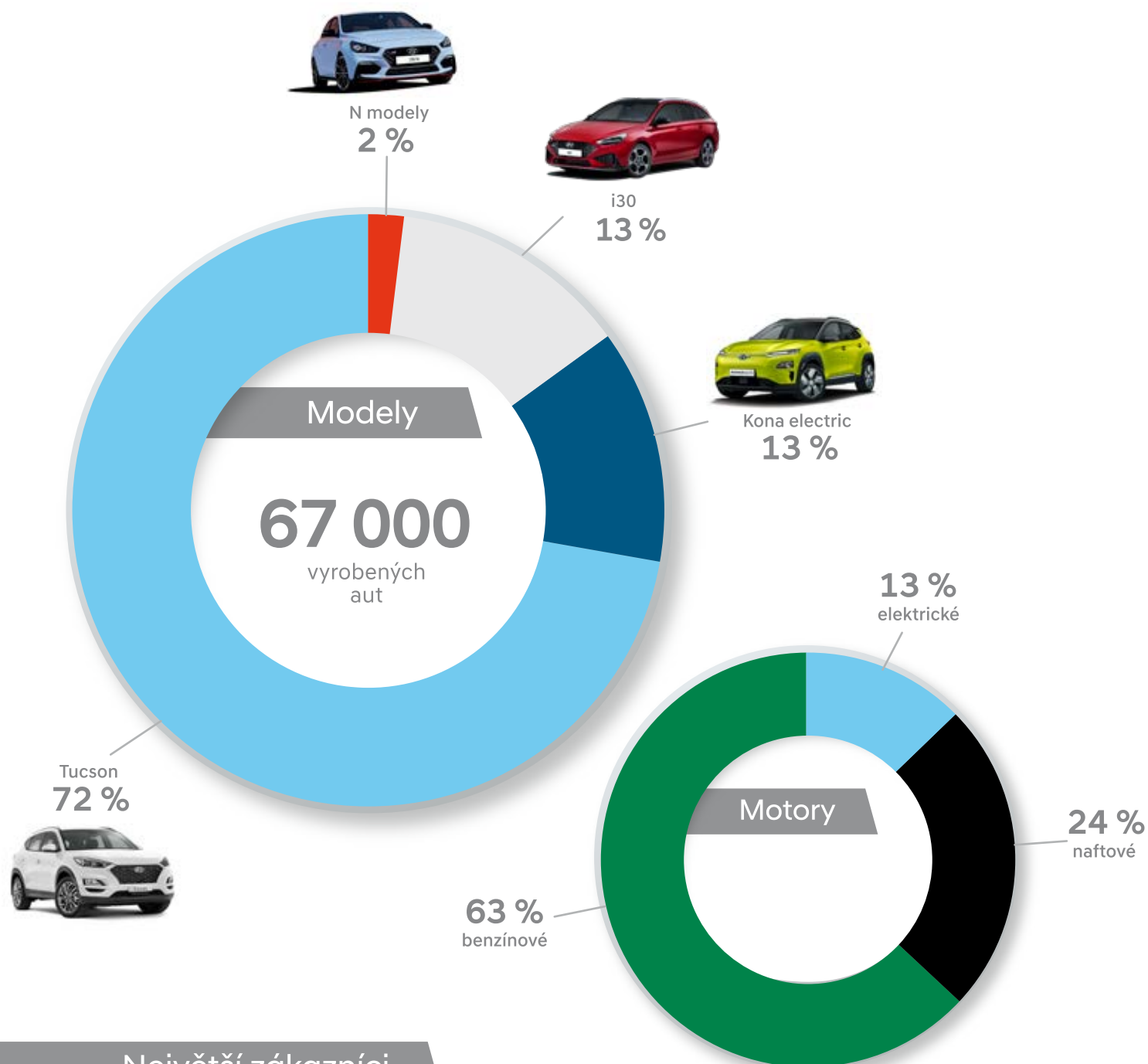
„Rok 2020 byl pro zaměstnance Lisovny náročný hned od prvního dne. V lednu se pokračovalo se započatou přípravou na nový model OSe EV. Práce na optimalizaci výroby nového modelu pak neustaly ani v březnu a dubnu. Tedy v době, kdy se život z důvodu koronaviru v HMMC téměř zastavil. Celé oddělení v této nelehké době udělalo obrovský kus práce a patří všem veliké poděkování,“ poznamenává vedoucí Lisovny s tím, že jen co se rozjela výroba v HMMC, začaly také přípravy forem a nastavení procesů pro nový model NX4e – tedy nový Tucson. „S každým novým modelem rostou nároky na kvalitu. Tak k tomu přistoupili od počátku i naši zaměstnanci. Vědí totiž, že s novým Tucsonem se už nebudeme porovnávat s těmi nejlepšími, ale nejlepší se budou porovnávat s námi,“ dodává Pavel Šmída.

erý odpad, vzniklý při
n pod lis na dopravní pás.
k o hmotnosti zhruba 150
k přijíždí nákladní auto
agnetu jsou do něj kostky
k odvezeny zpátky do
vání. Ze všech výrobních
dí tedy i Svařovna,
a Převodovkárna – má
nanců. O to více zod-
pozice připadá.

Výrobní výsledky

Podívejte se, kolik aut jsme vyrobili od července do konce září.

3. Q
2020



Největší zákazníci



1.

Rusko



2.

Turecko



3.

Německo



4.

Polsko



5.

Česká republika



6.

V. Británie



7.

Nizozemsko



8.

Egypt



9.

Saudská Arábie

Chcete být auditorem? Máte šanci

Zajímalo vás někdy, čím se zabývá auditor? Pokud je pro vás tato profese obestřena tajemstvím, vězte, že máte možnost poznat ji zblízka. A může jít o zajímavou zkušenost, která vás posune dál. Oddělení Zajištění kvality v HMMC hledá nové posily-dobrovolníky do týmu interních auditorů z řad zaměstnanců firmy.

Není to nudná ani stereotypní práce. Dnešní doba si žádá čerpat zkušenosti napříč oblastmi. A právě interní audity jsou k tomu jako stvořené. Ve zkratce mají za cíl zjistit, jestli v konkrétním místě či oddělení ve firmě vše funguje, jak má. Nemusíte mít buhvíjaké zkušenosti. Stačí chuť objevovat něco nového.

Máte zájem se zapojit?

Kontaktujte Tomáše Curzydla z oddělení Zajištění kvality:
tomas.curzydlo@hyundai-motor.cz,
tel. 596 146 752.

Mezi výhody pro potenciální zájemce se řadí zvýšení kvalifikace nebo školení v oblasti důležitých norem ISO 9001, ISO 14001 a ISO 45001. Určitě ale oceníte také fakt, že se seznámíte s novými lidmi a dozvíte se o jiných procesech ve firmě, protože auditoři z řad zaměstnanců se věnují jiným oddělením, než sami pracují. Interní auditování přispívá ke zdokonalení postupů, metod a strategií v organizaci, ale pomáhá také hledat a navrhnout nová řešení případných problémů. Děláte to, co vaše postupy říkají, že děláte? Existují mezery ve vašich procesech? Existují nějaké oblasti pro zlepšení? Plníte vaše cíle? Na tyto důležité otázky se auditoři snaží najít odpověď.

Interní audity vykonává v HMMC 6 týmů, které se skládají ze zaměstnanců různých oddělení. Každý tým má na starosti 3 audity během roku. Nemusíte mít strach, že byste byli hozeni rovnou „do vody“. Po vstupním školení na začátku roku se nejdřív stanete pozorovatelem. Vedoucí auditu i ostatní členové týmu vám ochotně poradí, klidně se ale můžete zapojit do diskuzí. V dalším roce už můžete figurovat v roli auditora.

Před auditem každý tým probere společnou strategii a připraví si hlavní otázky. Výsledkem auditu je závěrečný report neboli zpráva z auditu, ve kterém vedoucí auditor spolu s týmem vyhodnocuje průběh auditu. Výsledky přitom nezůstávají jen na papíře. Interní audit identifikuje mezery a oblasti, které je potřeba zlepšit. Nejenže tak přispějete svému osobnímu rozvoji – můžete i pomoci rozvoji firmy.



System řízení BOZP

Hlavním smyslem aplikace normy ISO 45 001 je vést organizace k tomu, aby navrhly a zavedly opatření vedoucí k předcházení nebezpečí, odstranění, omezení, nebo izolace zaměstnance od potenciálního nebezpečí. V případě, že to možné není, musí být pracovní činnost plánována a řízena pomocí organizačních opatření tak, aby její výkon byl bezpečný a neohrožoval zdraví.

Kdy proběhne periodický audit v HMMC? 26. a 27. 11. 2020
Jak přispějí k úspěšnému průběhu auditu?

- budu dodržovat všechny pracovní postupy a používat OOPP
- budu se chovat bezpečně
- odpovím na otázky auditorů (např. na otázku jaká rizika vám hrozí na pracovišti, jaké OOPP máte používat apod.)

Přínosy pro HMMC

- systematické omezování rizik, resp. nebezpečí, která ohrožují bezpečnost a zdraví všech osob
- předcházení a omezení výskytu nemocí z povolání a pracovních úrazů
- zajišťování a zlepšování systému bezpečnosti a ochrany zdraví při práci přijatého na všech úrovních a všemi funkcemi v organizaci, zejména vrcholovým vedením
- minimalizace nákladů spojených s nehodami na pracovišti
- vybudovaný systém, reagující na změny požadavků z legislativních předpisů, bezpečnostních požadavků i změn uvnitř organizace (např. nových technologií, organizačních změn apod.)
- zvýšení podnikové kultury



Václav Bělíca strávil na Převodovkárně v HMMC přes jedenáct let. Od října si užívá zasloužený důchod. Věří, že se i nadále bude potkávat s teď už bývalými kolegy.



Vývoj jde kupředu mílovými kroky, ohlíží se čerstvý důchodce

„Když jsem tady do Nošovic přišel, fabrika byla sice částečně rozjetá, ale určité věci se ještě upravovaly. Po celou dobu docházelo ke zlepšování, vývoj jde kupředu mílovými kroky. Rozdíl je obrovský, práce ale byla o to zajímavější. Myslím si, že Hyundai v některých oblastech předčil jiné automobilky,“ podotýká Václav Bělíca.

Původně měl zamířit na halu Finální montáže, nakonec ale i ze zdravotních důvodů dostal příležitost pracovat na Převodovkárně na Tepelném zpracování. „Dostal jsem se do úplně jiné pracovní sféry. Žádné zkušenosti s kalením jsem neměl. Do 40 let jsem dělal technika v Dole 9. květen ve Stonavě. Změna to pak byla obrovská. Kdo nedělal na šachtě, nemůže to posoudit,“ vzpomíná Václav Bělíca na specifické důlní pracovní prostředí i kolegy. Postupem času, když

nasbíral zkušenosti, dostal nabídku pracovat jako zástupce Team Leadera. „Dělal jsem to několik let. Potkal jsem zde spoustu lidí. Těším se, až se potkám s naší směnou i dalšími směnami. Měli jsme teambuildingy, společné výlety do Vysokých Tater, což se běžně nestává. Často se kolegové na takové akce nedomluví, protože mají málo času, starají se o rodiny. Tady se to dalo všechno skloubit. Parta je zde dobrá. Vždycky je to o toleranci a vzájemném respektu,“ míní. Do důchodu šel 1. října.

„Užiju si to. Baví mě turistika, cyklistika, občas plavání. Mám zahrádku, domeček, pořád budu mít co dělat,“ popisuje vitální muž, ze kterého i přes důchodový věk srší energie.

„Bydlím v Bystřici nad Olší, je to prostředí mezi horami. Ráno vstanu, podívám se z okna a řeknu si – teď vylezu na Ostrý, Čantoryji nebo Javorový. Důchod budu trávit aktivně,“ usmívá se. Na rozloučenou dostal spoustu dáreků od svých kolegů i od firmy. Každý zaměstnanec, který odchází do starobního důchodu, získá od HMMC mj. příspěvek až ve výši 30 000 korun v závislosti na délce pracovního poměru.

Věděli jste, že...

průměrný věk zaměstnanců společnosti HMMC je podstatně nižší než průměrný věk všech zaměstnanců v České republice? Na konci září činil průměrný věk u zaměstnanců HMMC 38 roků (u MT zaměstnanců 36,3 roku a u TT zaměstnanců 38,3 roku). Ještě výrazně mladší, a to téměř o 10 let, jsou v průměru agenturní zaměstnanci v HMMC. Podle posledních údajů Českého statistického úřadu dosáhl průměrný věk zaměstnance v ČR v loňském roce 43,3 roku.

Jak posílit imunitu?

Podzim je tady - a spolu s ním se blíží také období chřipek. V HMMC však nechceme nic podcenit. Pro zaměstnance jsme si proto nachystali pár tipů, jak svou imunitu pořádně nastartovat.

Naočkujte se proti chřipce.

Očkování je nejúčinnější ochranou před chřipkou. Nemusí před nemocí chránit stoprocentně, ale minimálně vás ochrání před závažným průběhem tohoto onemocnění. Každý rok se chřipkové viry mění, proto je třeba jednou ročně očkování zopakovat.

Jezte vitamíny a probiotika.

Bez vitamínů a stopových prvků se naše tělo neobejde. Není proto nic jednoduššího, než do jídelníčku zařadit čerstvé ovoce a zeleninu. Denně bychom měli sníst alespoň 5 porcí ovoce nebo zeleniny.

Myjte si pořádně ruce.

Výskyt onemocnění horních dýchacích cest se u lidí, kteří si pravidelně a správně myjí ruce, může velmi snížit. Stačí mýdlo, teplá voda a správná technika mytí rukou.

Mějte kvalitní a pravidelný spánek.

Dostatek spánku je tím nejjednodušším doporučením, jak posílit imunitu. Doporučuje se alespoň 7 hodin denně.

Chodte do přírody a sportujte.

Pohyb na čerstvém vzduchu naší imunitě zásadně prospěje. I když se teploty blíží k nule, vyrazte na procházku. Park nebo les vám udělají rozhodně lepší službu než pohyb po obchodním centru.

Relaxujte, vyhněte se dlouhodobému stresu.

Je-li člověk v psychické pohodě, má to pozitivní vliv i na jeho fyzickou stránku. Některá onemocnění bývají způsobena právě špatným psychickým stavem a vyčerpáním. Nezapomínejte proto pravidelně odpočívat, aby váš imunitní systém mohl dobít baterky.

Otužujte se.

Otužování patří k účinným způsobům, jak zvyšovat obranyschopnost organismu. Musí být však prováděno správně, postupně a pravidelně. Klidně můžete začít doma sprchováním ve studené vodě.

Nekuřte.

Zdravé plíce jsou jedním ze základních zbraní pro boj s případnými infekcemi. Jak je všeobecně známo, kouřením se v plicích usazuje velké množství toxických látek, kvůli nimž se přirozená obranyschopnost organismu velmi snižuje.

Říjen je v HMMC Měsícem zdraví. Více informací najdete na portále Hyundai Plus.

Podpořili jsme vodík



Napínavé souboje přineslo české finále Horizon Hydrogen Grand Prix. Vodíkové RC modely aut v měřítku 1:10 sestavili středoškolští studenti. Na start v Trojhalí Karolina v Ostravě se 23. září postavilo 11 týmů. V hlavní kategorii celkového počtu ujetých kol zvítězil studentský tým Voltage při VŠB-TU Ostrava, podporovaný nošovicickou automobilkou Hyundai.



Přestože jde o čtyřhodinový vytrvalostní závod, během kterého jsou zapotřebí skvělé řidičské dovednosti, ale i týmová strategie, nebylo o napětí nouze. Cenu za design, jejímž patronem je HMMC, převzali studenti z týmu Werk Team ze Střední odborné školy Třineckých železáren. Podpora technického vzdělávání je jedním z hlavních témat společenské odpovědnosti naší automobilky.





Sportovnější verzi N Line dostane i20 i Kona

Hyundai Motor rozšiřuje po letošní premiéře třetí generace modelové řady i20 portfolio modelů N Line o zcela novou verzi i20 N Line. S řadou rozmanitých vylepšení, která vycházejí vstříc požadavkům evropských zákazníků, přichází po modernizaci také Hyundai Kona. I ta poprvé volitelně nabídne sportovní stupeň výbavy N Line.

Díky modernizovanému designu zaujme Kona novým, dynamickým vzhledem. Optimalizovaná nabídka pohonů zahrnuje jednotky jak pro sportovní, tak ekologickou jízdu. S rozšířenou konektivitou a komfortní výbavou si mohou řidiči i cestující užívat ještě pohodlnější cestování.

Kona je od svého představení v roce 2017 úspěšným modelem v evropském portfoliu značky Hyundai. Její podíl na trhu rychle roste. Malé SUV se během tří let stalo jedním z nejoblíbenějších modelů Hyundai v Evropě. Od jeho uvedení na trh bylo v tomto regionu prodáno více než 228 000 vozů. Design modelu Kona je trvale oceňován jak zákazníky, tak i odbornou veřejností. Kona hraje klíčovou roli ve strategii značky Hyundai v oblasti elektrifikace, protože kombinuje elektrifikované pohony a elegantní karoserii malého SUV. Kona byla prvním SUV značky Hyundai, které bylo nabízeno s řadou elektrifikovaných pohonů včetně hybridně a výhradně elektricky poháněných verzí. Od března se Kona Electric vyrábí také v Nošovicích. Hyundai nyní rozšiřuje elektrifikaci modelové řady Kona zavedením 48V mild-hybridního pohonu pro vznětové a zážehové motory.

Zcela nová Kona N Line a nová Kona se objeví v evropských showroomech na konci letošního roku. Nová Kona Hybrid bude následovat na začátku roku 2021. Představení čeká i novou Konu Electric, která převezme elektrický pohon od aktuální verze a bude mít i stejný dojezd.



i20 N Line: více zážitků

Výrazný dynamický charakter nabídne zákazníkům nový model i20 N Line. Kombinuje komplexní výbavu třetí generace modelové řady i20 v oblastech konektivity a bezpečnosti se sportovním charakterem verzí N Line umocněným řadou detailů v interiéru a exteriéru. Model i20 N Line bude v Evropě k dispozici od jara 2021. Na trh se zanedlouho dostane také sportovní hatchback Hyundai i20 N, který nezapře inspiraci soutěžním vozem i20 WRC.

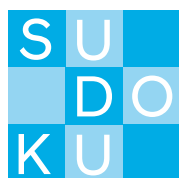
Osmisměrka

Které auto má podle uznávané metodiky WLTP dojezd 484 kilometrů? Tajenka ukrytá v osmisměrce vám dá odpověď.

asistent
benzin
bibimbap
bluelink
displej
hatchback
hmmc
ikona
interiér
kamera
kilometr
logo
news

nexo
nosič
robot
sedadlo
styl
tempomat
volant
výkon
vůz

H	R	T	E	M	O	L	I	K	O	N	A
Y	B	I	B	I	M	B	A	P	B	K	A
T	J	E	L	P	S	I	D	L	C	R	U
A	N	S	W	E	N	B	U	A	E	S	D
M	N	E	X	O	E	E	B	M	A	E	R
O	Z	A	K	N	L	H	A	I	S	D	É
P	Ů	Ý	Z	I	C	K	K	T	I	A	I
M	V	I	N	T	O	S	H	N	S	D	R
E	N	K	A	L	T	M	N	A	T	L	E
T	A	H	O	Y	M	E	L	L	E	O	T
E	C	G	L	C	Č	I	S	O	N	T	N
R	O	I	T	O	B	O	R	V	T	C	I



Sudoku

	9			5			4	
	1	8			3	5		
4								
				3	4		9	1
		1		8	9	4		3
				6	1			5
		2	9	7		3	5	
7					5	6		8
	8	5			2			7

O kom si chcete přečíst? Dejte nám vědět

Znáte ve svém okolí v práci kolegu či kolegyni, který/á dělá něco zajímavého? Uvítáme vaše tipy. Chceme představit zaměstnance HMMC, kteří dosáhli úspěchů v různých oblastech.

Stačí se ozvat na e-mail lukas.morys@hyundai-motor.cz, případně telefonní čísla 596 141 662 nebo 724 474 820. Zajímavé návrhy oceníme malým dárkem.

Řešení:

7	1	6	2	4	9	5	8	3
8	2	9	5	1	3	6	4	7
4	5	3	8	7	6	2	9	1
5	8	7	1	9	2	4	3	6
3	9	4	6	8	7	1	2	5
1	9	2	4	3	5	9	7	8
9	3	8	9	2	1	7	5	4
2	7	5	3	6	4	8	1	9
6	4	1	7	5	8	3	9	2

Doenjang čigé

Taky se při obědě neobejdete bez pořádné polévky? Vyzkoušejte zdravější variantu – polévku „čigé“ ze sojové pasty. Spolu s rýží a kimči poslouží i jako hlavní jídlo.

Suroviny (2 porce):

- Sojová pasta – 4 lžíce
- Chilli pasta – 1 lžíce
- Cuketa – 100 g
- Tofu – 100 g
- Cibule – ¼ ks
- Houby shiitake – 2 ks
- Pórek – ½ ks
- Drcený česnek – 1 lžíce
- Ančovičky na vývar – 15 g
- Voda – 4 hrnečky



Postup:



1.

Cuketu, cibuli a tofu nakrájíme na zhruba 1,5 cm kostičky. Shiitake houby namočíme do vody, od klobouku odkrojíme nožičku a nakrájíme na přibližně stejné kousky jako cibuli. Pórek nakrájíme na kolečka. Z ančoviček odstraníme hlavu a vnitřnosti.



2.

Do hrnce dáme vodu a přidáme ančovičky. Jakmile se začne voda vařit, necháme ji přejít varem po 2 až 3 minuty a poté ančovičky vyndáme.



3.

Do hrnce s vodou přidáme korejskou sojovou pastu, kterou za pomoci cedníku přecedíme. Kdo má rád pikantní, může přidat i chilli pastu. Při vaření se zbavujeme pěny, která se nám dělá na povrchu. Pak přidáme cuketu, cibuli, tofu, shiitake a povaříme 2 až 3 minuty. Před dokončením přidáme pórek, sůl a česnek.



Foto z knihy:
79 receptů
KOREJSKÁ RYCHLÁ
A JEDNODUCHÁ KUCHAŘKA

된장찌개

Věděli jste, že...

- Jižní Korea má dlouhou buddhistickou tradici? Proto se můžete na své cestě pokochat mnoha chrámy. V některých se platí vstupné, v jiných je vstup zdarma.
- v Jižní Koreji si už před lety oblíbili české muzikály? Hrál se tam například Drákula, Kleopatra, Jack Rozparovač i Hamlet.
- smrkání na veřejnosti – a zejména při jídle – je v Jižní Koreji považováno za neslušné?
- v tradičních korejských restauracích se neočekává, že dáte personálu spropitné? Cestovatele by tak nemělo překvapit, že spropitné může být slušně odmítnuto.
- v letech 2010 až 2013 se na okruhu v Yeongamu jely závody Formule 1 – Grand Prix Koreje? Třikrát zvítězil Sebastian Vettel, jednou Fernando Alonso.



Foto: Korea Tourism Organization