

# LOVASTERÁPIA KÖZPONT SÉRÜLT GYERMEKEK SZÁMÁRA

A VÁROSI TERÜLETEKEN ELHELYEZKEDŐ LOVARDÁK ÉS HASONLÓ TÁJI HELYZETEK VIZSGÁLATA

KUTATÁSMÓDSZERTAN-DIPLOMAMUNKA

CSIBI BEÁTA

BME URBANISZTIKA TANSZÉK

2023/24 I.FÉLÉV

KONZULENS: FENES TAMÁS DLA

## Bevezetés

### Témaválasztás, motiváció

Diplomamunkámként egy lovasterápia központot tervezek sérült gyermekek számára. A téma választásához személyes okok vezettek, ugyanis gyerekkorom óta közel áll hozzám a lovaglás. Emellett évek óta hobbiként gyerekeket tanítok síelni, és rendszeresen foglalkozom autista, viselkedészavaros, sajátos nevelési igényű gyermekekkel. Az évek során erősödött bennem a társadalmi szerepvállalás fontossága és a segítő szándék iránti elkötelezettség. Ez motivált arra, hogy a diplomamunkámban egy olyan terápiás központ megtervezésére fókuszáljak, amelynek középpontjában a lovasterápia áll. Célom az, hogy ezen a területen keresztül segítsek a sérült gyermekeknek, és egy olyan környezetet teremtsék, ahol a lovaglás és a terápia összefonódik, hogy segítse a gyógyulásukat és fejlődésüket.

### Kutatás célja

A kutatásom középpontjában a városi területeken elhelyezkedő lovardák és hasonló táji helyzetek szerepének vizsgálata áll Budapest kontextusában. A munkám során arra keresem a választ, hogy ezek a területek hogyan tudnak integrálódni a városi környezetbe, és hogyan hozhatók ezek a természetközeli elemek a városba úgy, hogy megfelelően működjenek együtt.

Emellett hogyan valósítható meg a népi és urbánus dekonstrukció összekapcsolása városi környezetben, például a lovardák esetében, úgy, hogy ezek a területek harmonikusan illeszkedjenek a városi térbe és szolgálják a közösség igényeit. A megfelelő helyszín kiválasztásához, melyek azok a potenciális területek Budapesten, ahol alkalmas lehet kialakítani egy ilyen típusú tervezést.

*„A város nem csupán azért épül, hogy fedelet és menedéket adjon, hanem úgy kellene megtervezni azokat, hogy a polgárok kényelmének biztosításán kívül kellő hely maradjon közterek, kertek, levegőző helyek, szórakozás és felüdülés céljaira egyaránt.”*

*/Leon Battista Alberti – itáliai építész, XV. sz./*

## Lovardák történeti vizsgálata Budapesten

A 19. századi Budapest életének izgalmas, fontos eseménye volt a lóverseny, ahol kaleidoszkópként rajzolódott ki a főváros társadalmi képe. Budán már a középkorban rendeztek versenyeket, az első újkori futtatást 1802-ben, a Batthyány grófok birtokán, a mai Városligeti fasor vonalán tartották. A „zöld színpad” eseményei lázban tartották az egész várost; alig volt valaki, aki nem érdeklődött a kor nagy divatja, a futtatások iránt. A kortársak a lóversenyt a sportok királyának tekintették. Széchenyi István Anglia gazdagságát megtapasztalva, melyet fejlett iparának és lótenyésztésének, illetve lóversenyiparának tulajdonított, felismerte a magyar gazdaságban rejlő hasonló adottságokat. Úgy vélte, ezek a nemzet kivételes lószerezetével párosulva az ország gazdasági megerősödésének alapját képezhetnék.

Az 1849 utáni Pest-Budát még a lokálpatriotizmus, a különböző eredetű rétegek összeforratlansága jellemezte. Vallás, vagyon, származás volt az elkülönülés alapja, melyet tovább növelt az abszolutizmus nyomása alatt kialakult politikai bizalmatlanság is. Az uralkodó és a középrétegeken belül is gyenge volt a nyilvános társas élet és erős az elzárkózás. Ebből a szempontból tehát a lóversenyek kitüntetett jelentőséggel rendelkeztek, mert éppen a társadalmi elzárkózás kritikusnak mondott időszakában, az ötvenes években kerültek a társasági élet középpontjába.<sup>1</sup>

A századfordulón a kor nagy divatjának tartott galoppsport iránt szinte mindenki érdeklődött, a sportok királyának tekintett futtatások, lázban tartották a fővárost, és a sajtó az ország többi részét is akarva-akaratlan bevonta a turf eseményeibe. A dualizmus korszakában a versenypályák folyamatos átalakításon mentek keresztül, formálva ezzel saját mikrokörnyezetüket és a befogadó makroközeget: a várost is. Térként az alkotás, tervezés tárgyát képezték, rendelkezési anyagot nyújtottak a szándékos cselekvők számára, akik a jövőre tekintve változtatták, formálták át. Budapest esetében az új lóversenypálya kijelölése a Városliget területén jelentősen megváltoztatta a városrész arculatát. A versenytér tehát a társadalom szinte minden rétegének lehetőséget nyújtott, hogy a társas hierarchiában betöltött helyét, tekintélyét megmutathassa. Kiváló alkalmat kínált a kiváltságos rétegek egymás és különböző csoportjai közötti közeledésre: találkozók lebonyolítására és ismeretségek kötésére, s ugyanakkor az uralkodó és az arisztokrácia személyes érintkezésének színtere is volt. A társadalmi felemelkedés kitűnő ugródeszkája lehetett, az alsóbb nemesség számára felkapaszkodási lehetőséget is kínált.<sup>2</sup>

Az 1880-1919 között fénykorát élő Városligeti lóversenypályát, hatalmas helyigénye miatt, nem a parkban alakították ki, hanem kissé távolabb, a mai stadion területén. Mégis teljes joggal viselte a Városliget nevét. Mivel rendkívül népszerűvé váltak a lóversenyek, az arisztokrácia értékes versenylovakat tartott a pesti paloták istállóiban. A lovak izomzatát naponta át kellett mozgatni. A járatások fő helyszíne pedig a Városliget volt. A belvárosi istállókból a pályára tartó versenylovak, valamint a nézőket szállító kocsik útvonala is az Andrásy úton, majd a Városligetet átszelő Stefánia úton vezetett a lóversenytérig.<sup>3</sup>



1.kép: Városliget és Új lóversenytér - Budapest közigazgatási térképsorozata, 1895

<sup>1</sup> Tuli Andrea, „A lóverseny, mint a társasági reprezentáció intézménye Ausztria- Magyarországon a 19-20. században,” 2004

<sup>2</sup> Bacher-Tuli Andrea: „A zöld színpad” A lóversenyzés, mint a társas reprezentáció sajátos intézménye a dualizmus korában,” 2012

<sup>3</sup> A korcsolyától a lóversenyen át a sakkig – a Városliget hajdani sportélete, Múlt-kor.hu, 2020. augusztus 17.

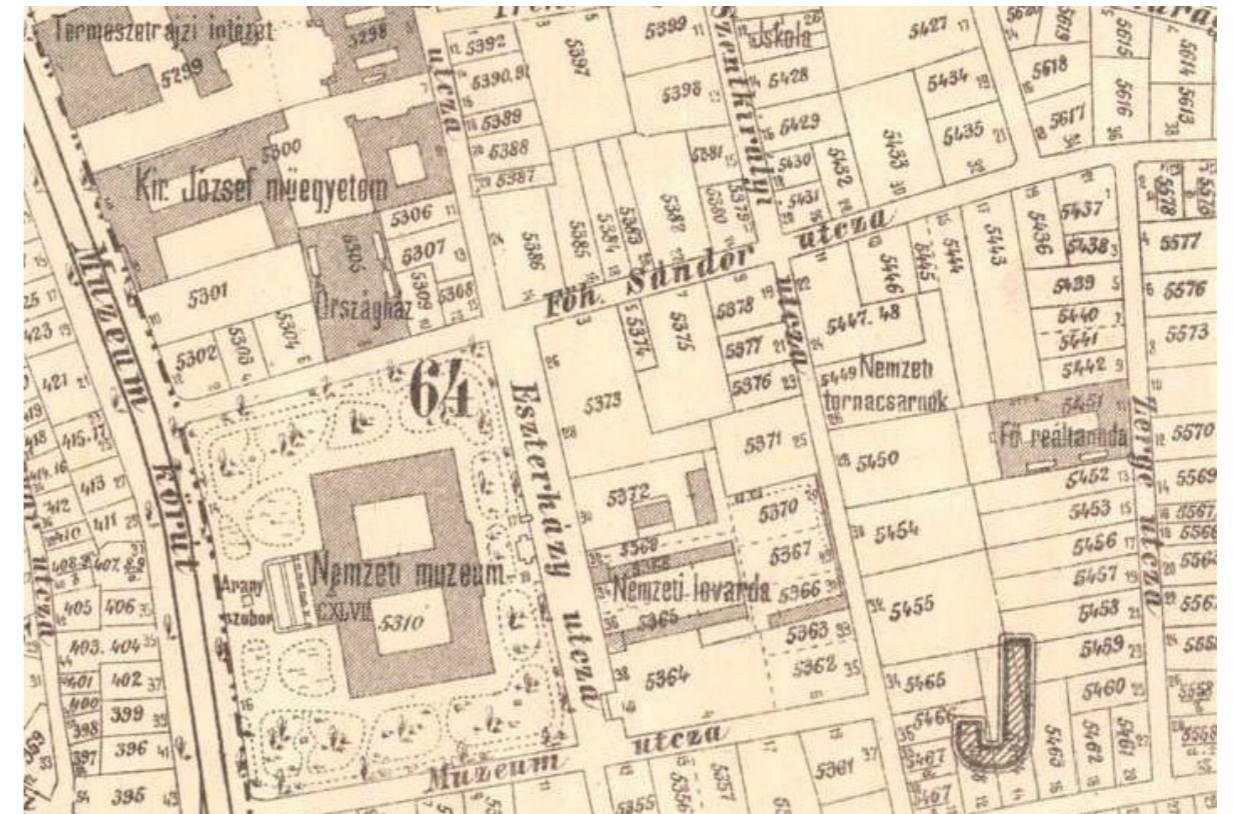


1826 augusztusában József nádor (1776-1847) a múzeum telkének északkeleti sarkára engedélyezte a Nemzeti Lovagló Iskola felépítését. Az első pesti lóverseny idejére, 1827 júniusára készült el, amikor is sok főúr tartózkodott a városban. 1830 februárjában ideiglenes jelleggel megalakult a Lótenyésztő Társaság, júniustól Állattenyésztő Társaság, amelynek jogutódként 1835-ben létrejött az Országos Magyar

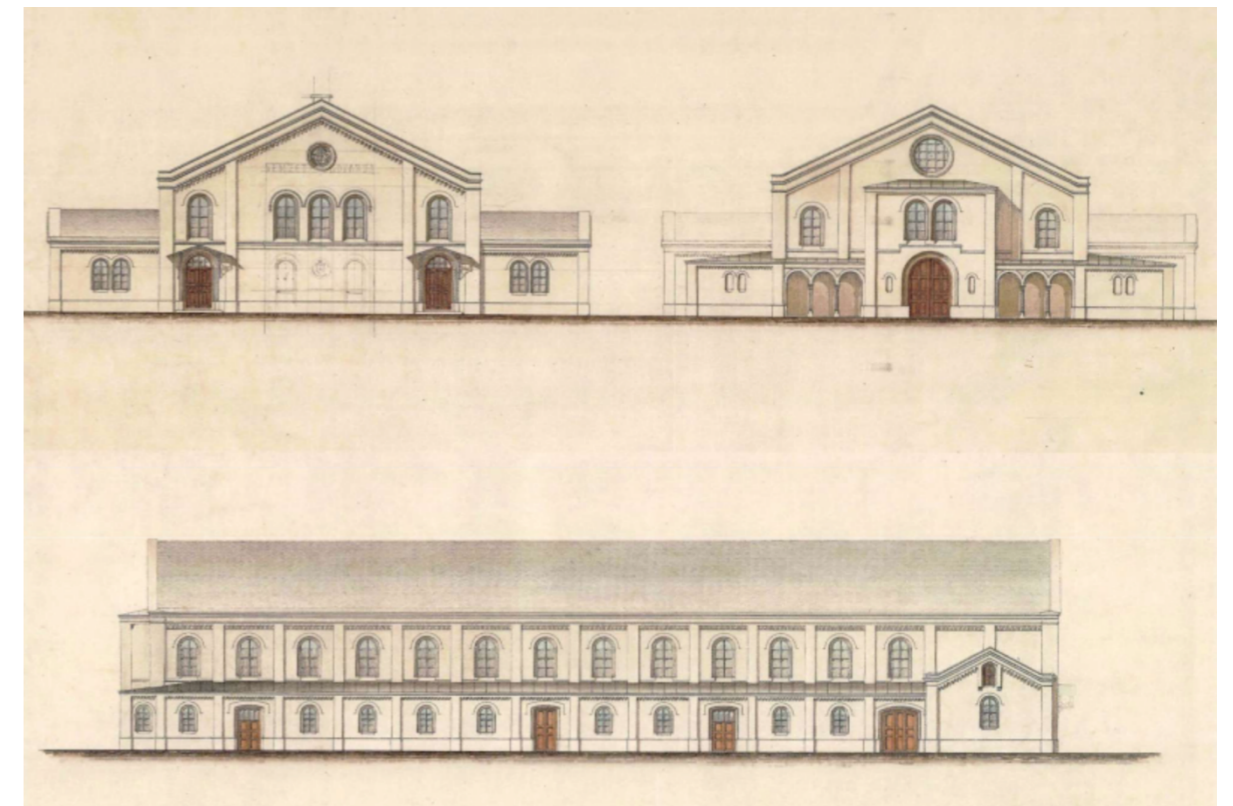
Gazdasági Egyesület. 1842-ben a lóversenyeket intéző alosztálya kivált testéből, felvette a Pesti Lovar-egylet nevet, amelynek elnöki teendőit Széchenyi István gróf (1791-1860) vállalta. A szabadságharc bukása után Ferenc József (1830-1916) 1852. évi tavaszi látogatása alkalmából felújították a galoppversenyeket, amelyek a Bach-kor- szak jelentős társadalmi eseményeinek számítottak.

A Nemzeti Lovagló Iskolát az 1837 júliusában megindult Nemzeti Múzeum építkezése miatt lebontották. A bejáratott helyszínen, a Múzeum mögött megvásárolták a báró Prónay Albert (1801-1867) tulajdonában lévő telekcsoporthat, ahol ekkor a Nautmann-féle szűkös lovarda állt. Annak helyén 1857. június 26-án Ybl Miklós tervei alapján indult az építkezés, amely még fél évet sem vett igénybe. 1858. január 7-én az új lovarda a felsőbb körök közéleti szenzációjaként nyitotta meg kapuit.

Ybl első tervén az utca vonalától beljebb helyezte el a lovagló csarnokot, míg a 24 lovas istálló és az egyleti helyiségek két tengely szélességben kiugrasztva a manézsz mögött kaptak helyet. Közöttük lévő kereszt szárnyban húzódott a galéria, két oldalán egy-egy kisebb helyiséggel. Ennek a változatnak a homlokzat- képzése is félköríves romantikus. A megvalósult alkotásában a közösségi tereket, így a földszinti és az emeleti nagytermet a csarnok elé pozícionálta, oldalára az istállókkal és a lőhellyel. <sup>4</sup> Az épület a II. világháborúban megsérült, 1948-ban lebontották, a tiltakozások ellenére.



2.kép: Nemzeti lovarda és környéke - Budapest közigazgatási térképsorozata, 1895



3.kép: Nemzeti Lovarda. Utcai és hátsó homlokzat. Oldalhomlokzat



4.kép: Nemzeti Lovarda fotó, 1900 /Fortepan

<sup>4</sup> Hídvégi Violetta - Maróty Katalin, „Ybl-épületsorok az Unger-háztól a Kálvin térig,” 2014



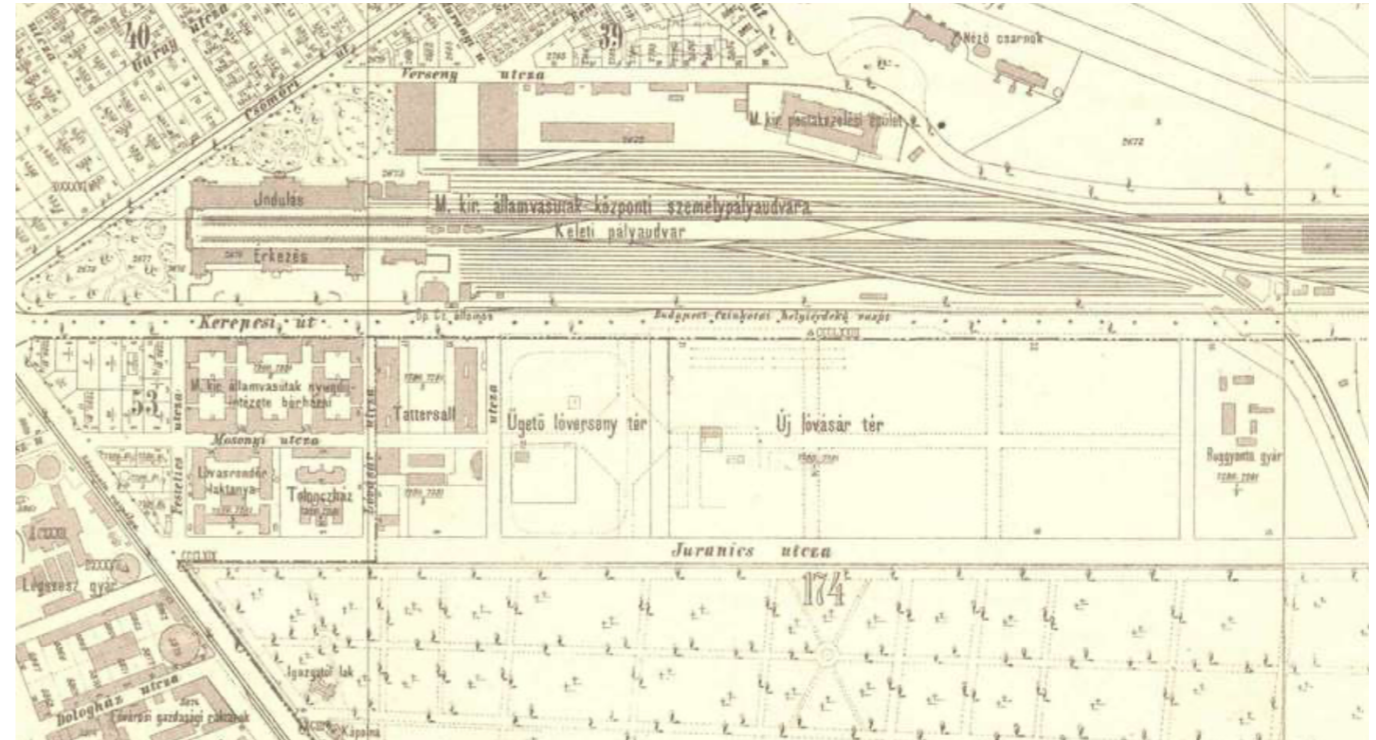
Főként a lóvontatású közlekedés igényelte a lótenyésztés és -kereskedelem fejlesztését, ezért az 1877-ben létrejött Lótenyésztés Emelésére Alakult Rt. 1878-ban megállapodást kötött a fővárossal, hogy 30 évre megszerzi „lóvásártérül” a Külső-Kerepesi út mentén fekvő Városi Omnibusz Telep területét (ahol nyilvánvalóan már volt lótartás). Az itt megindult tevékenységek (lovak bértartása, kiállítások, vásárok, árverések rendezése) megegyeztek azzal, amit a nagyhírű Richard Tattersall folytatott 1760-tól Londonban, így „védjegyként” (más városokhoz hasonlóan) ez az intézmény is megkapta a „Tattersall” nevet.<sup>5</sup>

1931-ben pályázatot írtak ki az ügetőpálya és a Tattersall építészeti koncepciójának kidolgozására, amelyet ifj. Paulheim Ferenc nyert meg. 1933-ra elkészült – Európában egyedülként – a villanyvilágítással rendelkező ügetőpálya épületegyüttese, a Tattersall területén pedig egy korszerű lovaglósarnok épült fel. Az épületek a Modern Mozgalom kiváló darabjai voltak. A Tattersall szimmetrikus szerkesztést kapott: a két istállósárny között állt a főépület és az előtte elterülő nagy park. A főépületben helyezkedtek el a fogadó- és egyéb reprezentatív helyiségek, valamint a lovaglósarnokba tekintő tribün. A háromcsuklós, fa rácsostartó szerkezetű lovarda a kor legmodernebb technológiájával és anyagaival készült, alkalmas volt nemzetközi ugróversenyek, lovasbemutatók és lóvásárok megtartására.

A II. világháború komoly pusztítást okozott az épületekben. 1944-ben két bomba is becsapódott a területre, az egyik a nyugati istállósárnyban, a másik a csarnokban okozott helyrehozhatatlan károkat. A fejlesztések leálltak, a terület felügyeletét átmenetileg a katonaság vette kezébe, versenyeket nem rendeztek, a lóállomány a budapesti utcákra került. 1953-ban - egy felmérési munka után - a csarnok és a keleti istállósárny egy részének bontása mellett döntöttek.<sup>6</sup> A háború után a Tattersall különböző intézmények fennhatósága alatt működött. Sajnos, az ideológia nem fért össze az „úri sporttal”, és a pazar fedeles lovardát 1952-ben lerombolták, csak a főépület, a „Kóbli” maradt meg. A telep 1956-ban a Földművelésügyi Minisztérium felügyelete alá került, mint az Országos Lótenyésztési Felügyelőség Sportistállója. Feladata ezt követően a lovak kiképzése, sport kipróbálása, lovasversenyek rendezése és – leginkább külföldiek részére – bérlovarda üzemeltetése volt.

Minthogy a háború után a Nemzeti Múzeum mögötti, Ybl Miklós tervezte Nemzeti Lovardát is elbontották, a 60-as években a telep „megörökölte” a „Nemzeti Lovarda” elnevezést. Óriási előrelépést jelentett, hogy a Magyar Lóverseny Vállalat égisze alatt 1985-re megépülhetett az új fedeles lovarda a hozzá kapcsolódó istállókkal és öltözőkkel, hiszen ez biztosította az egyre értékesebb lóállomány időjárástól független idomítási és sport munkáját.

Az intézmény fennállásának 120. évében ismét jelentős változásokat élt meg: a MÉM 1988-tól az Állatorvos-tudományi Egyetem kötelékébe rendelte a Tattersallt, mint önálló jogi személyiségű Lovas Tanüzemet, és ekkor jelent meg először a „Nemzeti Lovarda” hivatalos elnevezésként. Az új alapító okirat szerint feladatai bővültek az oktatási, kutatási tevékenységek ellátásával.<sup>7</sup>



5.kép: Tattersall, Ügető loverseny tér, Új lóvásártér, Budapest közigazgatási térképsorozata, 1895



6.kép: Ügető loverseny tér fotó, 1958 /Fortepan

<sup>5</sup> Tattersall, Nemzeti Lovarda, egykor.hu, 2012

<sup>6</sup> Jakabfi-Kovács Boglárka: A Nemzeti Lovarda rehabilitációja, Építészfórum, 2012.08.06.

<sup>7</sup> A Nemzeti lovarda története, nemzetilovarda.hu

## Táji helyzetek mentális hatása

A városi népesség rohamos növekedése és a városok terjeszkedése kihívás elé állítja a különböző generációkat. A városi zöldterületek megtartása, gazdasági, környezeti és egészségügyi szempontból is meghatározó jelentőségű. A városi zöldfelületek elvesztése nem csak a környezet terhelését jelenti, hanem az emberi életminőség romlását is előidézheti. A városi zöldterületek mennyiségének megőrzése és minőségének javítása így kiemelkedő prioritás lehet a városfejlesztés és a fenntarthatóság terén.

A zöldfelületek használati értékének felértékelődése a lakosok szabadidejének növekedésével, a szabadidő eltöltésének igényével, valamint a környezettudatosság erősödésével is összefügg, amit az elmúlt években a koronavírus-járvány okozta bezártság is tovább erősített. A különböző embercsoportok által használt funkciók (szociotópok), a zöldfelületek esztétikája, hangulata egyaránt befolyásolják az adott területen szerzett élményeket, amelyek a térről alkotott képünket, véleményünket is meghatározhatják. A városi zöldfelületek általánosságban pozitív hatást gyakorolnak a lakosok mentális és fizikai egészségére, jóllétére, de már a kisméretű városi zöldfelületek is képesek arra, hogy a helyiek életének fontos elemeivé váljanak).<sup>8</sup>

2050-re a Föld népességének mintegy 70%-a lesz városlakó, hazánkban ez az arány 82% körül várható. A jövő városai komoly környezeti, demográfiai, szociológiai, ökológiai és ökonómiai kihívásokkal fognak szembesülni. A növekvő városi lakosság miatt a közterületek sokkal jelentősebb szerepet kapnak. Az élhető közterek, zöldterületek, parkok, utcák, a városi zöld mozaikok környezetegészségügyi szerepe, közösségi funkciója és kialakítása felértékelődik.<sup>9</sup>

A szétterülés folyamata a legtöbb város körül szabályozatlanul, tervezői kontroll nélkül ment végbe, jelentős feszültségeket gerjesztve.<sup>10</sup> A feszültségek egyik forrása a népesség kirajzása, vagyis az a jelenség, hogy a városi népesség tömeges kiköltözésével a munkahelyek és lakóhelyek korábbi viszonylagos területi egyensúlya felborult, ezért egyre több munkavállaló kényszerülhet arra, hogy ingázzon. A feszültségek másik forrása zöldterületek zsugorodása. Az egyre növekvő beépített területek aránya következtében egyre nagyobb igény mutatkozik a zöldterületek iránt: indikátorszerepet töltenek be, gazdaságra ható szerepük van, kulturális-szociális élet színtere, rekreációs sportolási lehetőséget biztosít.<sup>11</sup>

Ezért fontos, hogy minél több alkalmas zöldfelülettel rendelkezzen egy város, mert az emberek egészséges életéhez nélkülözhetetlen a természet közelsége. Budapest sajnos alacsony zöldterületi szintmutatóval rendelkezik, az élhetőbb városokhoz képest. Kevés a közpark, a köztér, a fa, az erdő, a zöld rekreációs terület. Emiatt sajnos kijelenthető, hogy a fővárosban élők sokszor vidékre mennek természetközeli helyeket felkutatva kapcsolódni, feltöltődni.

Érdekes paradoxon, hogy az emberek rövid távú környezeti preferenciái, azaz tájattitűdjai – szemben a nyugati kultúrákban általánosan tekinthető negatív természeti attitűdökkel – pozitívak, vagyis keressük a természetélményeket, más néven a zöld élményeket (green experience). Ezek az emberek elsődleges motivációi arra, hogy kimenjenek a természetbe és megtapasztalják azt. Kutatások szerint ennek a tapasztalatnak nem kell feltétlenül látványosnak lennie, gyakran elég egy fa is vagy egy kis rét – már ez csökkenti a stresszt, és pozitív hangulathoz és érzésekhez vezet.<sup>12</sup>

Az egészségügyi hatások mellett, a különböző zöldterületeknek nagyon fontos szerepe van városainkban. A zöldterületek olyan közösségi terek, ahol az emberek találkozhatnak,

kikapcsolódhatnak és kapcsolatokat építhetnek egymással. A parkok és egyéb rekreációs területek hozzájárulnak a közösségépítéshez és a városi közösségek összetartásához is. Emellett teret adnak a különböző sportolási lehetőségeknek, rekreációnak az emberek számára, ezzel elősegítve a testmozgás lehetőségét, az aktív életmódot és az egészséges életvitelt.

Az egyre népszerűbbé váló közösségi kertek lehetőséget adnak az embereknek arra, hogy részt vegyenek a közösségi munkában, közösen saját élelmiszereket termesszenek, ami hozzájárul az élelmiszer-önellátáshoz és a fenntarthatóbb életmód kialakításához a városban. A közösségi kertek zöldfelületeket hoznak létre a városi területeken, ezáltal javítva a városi ökológiai rendszert és növelve a biodiverzitást. A növényzet segíthet a városi hőmérséklet szabályozásában és a városi légminőség javításában is.

## Lovarda, mint természettel való interakció helyszíne városi térben

A lovardák zöld környezetben, gyakran a város zajától és nyüzsgésétől elzárt területeken helyezkednek el. Ezek a helyek nemcsak a lovasterápia szempontjából ideálisak, hanem általános lehetőséget kínálnak a kikapcsolódásra és a stressz csökkentésére is a természet közelségében. A természetes környezetben végzett tevékenységek pozitív hatással vannak az emberek mentális egészségére, hozzájárulnak a testi-lelki egyensúly megteremtéséhez és fenntartásához. A lovardák lehetőséget nyújtanak a közvetlen kapcsolatra az állatokkal, és ez az élmény mély érzelmi kapcsolódást hoz létre az emberekben, ami boldogságot és elégedettséget okoz.

A lovardák emellett nyitottak lehetnek a közösségek számára is. Rendezvények, oktatási programok vagy látogatási lehetőségek révén bevonhatják a város lakóit, erősítve a közösségi kapcsolatokat és bemutatva az állatokkal való kapcsolat pozitív hatásait. Ilyen események lehetnek például nyílt napok, ahol bárki betekintést nyerhet a lovaglás és a lovasterápia világába, vagy közösségi rendezvények, amelyek célja a lovardák és a helyi közösségek közötti kapcsolat erősítése.

Budapesten meglepő módon, viszonylag sok lovarda található. Néhány lovarda a város belterületén vagy annak közelében helyezkedik el, mint például a Nemzeti Lovarda a Kerepesi úton. Ezek a lovardák könnyen megközelíthetők, ami előnyt jelenthet a városlakók számára, ugyanakkor a városi forgalom zaja és a zöldterületek hiánya kihívást jelenthet. Ezek a lovardák gyakran kisebb területen működnek, ami korlátozza a lovak mozgási lehetőségeit és a természet közelségének élményét.

A legtöbb lovarda a város külső részein található, ahol a környezet csendesebb és nyugodtabb. Ilyen helyeken a lovardák könnyebben összekapcsolódnak a természettel, ami ideális a lovas tevékenységekhez. Ezek a területek nagyobb legelőket és zöldterületeket biztosítanak a lovak számára, ami nemcsak az állatok jólétét szolgálja, hanem a lovaglás élményét is gazdagabbá teszi. Például a város peremén található lovardák gyakran nagyobb területtel rendelkeznek, ami lehetőséget ad hosszabb lovastúrákra és szabadtéri programokra.

Ezek a külvárosi lovardák nemcsak a lovasok számára kínálnak kikapcsolódási lehetőséget, hanem a természetközeli élmények révén a látogatók számára is vonzóak. A természet és a lovak közelsége különleges élményt nyújt mind a gyermekek, mind a felnőttek számára, és hozzájárul a fizikai és mentális egészség javításához. A lovardák által nyújtott programok és szolgáltatások széles palettája, beleértve a lovasterápiát, a lovaglási oktatást, valamint a rekreációs és közösségi

<sup>8</sup> Schmeller Dalma: Élmények a zöldfelületeken: A megélt tér különbségei Stockholmban (2023)

<sup>9</sup> Szigeti Cecília, Czédli Herta: Városi ökológiai lábnyom és a zöldterületek (2022)

<sup>10</sup> Kovács Zoltán: Városok és urbanizációs kihívások Magyarországon (2017)

<sup>11</sup> Szigeti Cecília, Czédli Herta: Városi ökológiai lábnyom és a zöldterületek (2022)

<sup>12</sup> Düll Andrea: A természeti környezet – környezetpszichológiai megközelítésben (2005)



programokat, mind hozzájárulnak ahhoz, hogy ezek a helyek a városi élet egy különleges színteljévé váljanak.

Összességében elmondható, hogy a budapesti lovardák fontos szerepet játszanak a városiak életében, lehetőséget kínálva a természet közelségének élvezetére, az állatokkal való kapcsolatra és a közösségi élet erősítésére. A lovasterápia és a lovaglás nemcsak a fizikai egészséget, hanem a mentális és érzelmi jólétet is támogatja, hozzájárulva ezzel egy harmonikusabb és egészségesebb életmód kialakításához.

## Lovasterápia, mint gyógymód

A lovasterápia alatt olyan komplex kezelési módszert értünk, amely alkalmas egyes neurológiai, ortopédiai, mentális, pszichés és érzékszervi problémák kezelésére speciálisan képzett ló és hozzáértő szakember segítségével. A gyógylovaglás a ló és a lovaglás hatásainak tudatos, tervszerű, kontrollált felhasználása a megelőzés, a gyógyítás, a fejlesztés és a nevelés céljából a normálistól eltérő fejlődésű gyermekek és felnőttek, mint egészségükben veszélyeztetettek életminőségének javítására.

A lovasterápia a következőképpen definiálható: orvosi, pedagógiai, pszichológiai indikáció alapján terápiás céllal alkalmazott egyéni vagy csoportos foglalkozás a ló segítségével. Célja tehát orvosi, pedagógiai, pszichológiai indikáció alapján a károsodás, sérülés, fogyatékoság ismeretében a minél eredményesebb gyógyulás, állapotmegőrzés, képességfejlesztés, a rehabilitáció és rehabilitáció érdekében, felhasználva a ló, a lovaglás és a lóval való foglalkozás terápiás hatásait egyéni vagy csoportos foglalkozások során.

A lovasterápiának több szakága van attól függően, hogy kikkel, mi módon, milyen célkitűzésekkel foglalkozunk. A diagnózis és a terápiás célkitűzés határozza meg, hogy mire van szüksége a páciensnek.

A hippoterápia nem más, mint orvosi indikáció alapján történő neurofiziológiai egyéni gyógytorna kezelés, ahol a lépésben járó ló mozgásimpulzusait használjuk fel a páciens fejlesztése céljából. Ez a módszer főként az egészségügyben, leginkább gyógytornászok által alkalmazott, kiegészítő egyéni terápiás eljárás a tartási és mozgás funkciók javítása, korrekciója érdekében. általában lépésben vezetett lovon történik.

A gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna fejlesztő, nevelő célú egyéni vagy csoportos foglalkozás, melyet lovasterapeuta végzettségű gyógypedagógus vezet. Használhatják mind- három jármódot, különböző eszközöket, játékokat, a lovaglás és a lovastorna elemeit a terápiás cél függvényében. A ló, a lovaglás és a lóval való foglalkozás hatásait felhasználva fejlesztő, nevelő célzatú, komplex hatást kiváltó egyéni, vagy csoportos foglalkozás, mely alkalmas értelmileg akadályozott, tanulásban gátolt, autista, hiperaktív, látás és hallássérült, részképesség- zavaros, illetve magatartásproblémás páciensek kezelésére. A terápia magába foglalja a lovaglást, a lovastornát és a lógondozást. A lovaglás történhet vezetve, futószáron, vagy önállóan.

A lovas pszichoterápia az egyes pszichés kórképek kiegészítő kezelése. A ló személyiségét, a lóval való foglalkozás pszichés hatásait használja terápiás céllal. Ebben az esetben pszichológus lovasterapeuta vezetésével végzett foglalkozásról van szó. A ló mediált pszichoterápia (más néven: ló-asszisztált/facilitált vagy lovas pszichoterápia) a lovas terápia legfiatalabb ága. A ló mediált pszichoterápia a ló-páciens-terapeuta háromszögében zajlik, melyben a ló, mint koterapeuta,

facilitálja a terápiás folyamatot. A ló-asszisztált pszichoterápia alkalmas a legtöbb pszichiátriai betegség kezelésére, így affektív, depresszív kórképek, szorongásos zavarok, személyiség- és viselkedészavarok, szenvedély-betegek terápiájában is eredményesen használható.

A másik ág, a parasport sérültek, fogyatékosok szabadidős, vagy verseny- sportja a lovas szakágaknak megfelelő (díjlovaglás, fogathajtás) színtereken. Lovasoktató, lovasedző vezetésével történik, aki a speciális továbbképzést elvégezte. Ágai a szabadidős tevékenység és a rekreáció, valamint a verseny- és élsport.<sup>13</sup>

A lovasterápia számos egyéb előnyt is kínál. A terápiás lovaglás során a páciens megtanulhatja a lóval való kommunikációt, ami növeli az önbizalmat és az önértékelést. A lovakkal való interakció során kialakuló kötődés segíthet a társas kapcsolatok fejlesztésében és a szociális készségek javításában. A lovasterápia fizikai előnyei közé tartozik a jobb testtartás, az egyensúly javulása, a megnövekedett izomerő és rugalmasság, valamint a finom- és nagymotoros készségek fejlesztése. A terápiás foglalkozások során a résztvevők gyakran a természetben tartózkodnak, ami önmagában is nyugtató és stresszcsökkentő hatású. A természet közelsége és a lovakkal való kapcsolat hozzájárul a mentális és érzelmi jólét javításához, csökkenti a szorongást és a depressziót, valamint növeli a boldogság és elégedettség érzését.

A lovasterápia tehát egy rendkívül sokoldalú és hatékony módszer, amely képes számos fizikai, mentális és érzelmi problémát kezelni. Az egyéni igényekre szabott terápiás programok segítenek a pácienseknek elérni a lehető legjobb eredményeket, javítva életminőségüket és támogatva őket a mindennapi kihívások leküzdésében.

7. kép Equine-Assisted Therapy: Benefits for developmental disabilities

**Beaming Health**  
**Benefits of Equine-Assisted Therapy for Kids with Autism**

**Social Engagement & Communication**  
Instead of communicating verbally, your child can communicate through touch. Your child might brush the horse, pet it, or even feed it a treat. This helps create an emotional bond that may help your child better relate to people.

**Sensory & Motor Processing**  
Horseback riding stimulates a child's neural pathways and body-brain connections. Every time the horse takes a step, your child's body receives sensory input. A horse takes about 100 steps per minute and the typical session lasts around 15 to 25 minutes. That's 1,500 to 2,500 inputs from the horse's movement!

**Strength & Muscle Coordination**  
As the horse walks, their movement will stimulate and strengthen the rider's muscles, joints, and nervous system, helping to improve the rider's muscle coordination and overall strength.

**Balance & Spatial Awareness**  
When riding the horse, the horse's movement feels like walking to your child's body. Your child will learn to hold themselves steady and respond to changes in movement with the horse's support underneath.

<sup>13</sup> Steiner Henriette: Egy alternatív gyógymód: a lovasterápia (2011)

## Zabszalma alapítvány interjú

Felkerestem egy személyes beszélgetésre az egyik aktívan működő lovasterápia alapítványt. Meglepetésemre azt az információt kaptam, hogy teljes teltházzal működnek, és jelenleg nem tudnak új pácienszt fogadni. Jelenleg 110 beteggel foglalkoznak és körülbelül 30 fő várólistán van. Az alapítványhoz különböző betegségekkel érkeznek páciensek, mint például autizmus spektrum zavar, mozgássérültség, hiperaktivitás, magatartászavar, agyi bénulás, Down-szindróma, látás- és hallássérültség, szorongás, figyelemzavar, és önértékelési problémák.

Az alapítványnál jelenleg 12 oktató dolgozik, ebből 3 gyógypedagógus, 1 pszichológus, 1 gyógytornász, a többiek pedig edzők és kiegészítő oktatók, akik a szakemberek mellett segítik a terápia lebonyolítását. Munkájuk során a lovasterápia sokoldalú módszereit alkalmazzák, beleértve a hippoterápiát, a pszichológiai lovasterápiát, és a fejlesztő lovaglást is.

Egyre elterjedtebb kezelési gyógymódként tartják számon ezt a fajta terápiát, amely számtalanszor bizonyította már jótékony hatását, és évről évre egyre több beteg jelentkezik. Azonban egyelőre kevés a terápiát biztosító lehetőség hazánkban: kevés a szakember, kevés a megfelelő alkalmas helyszín, így a növekvő igény ellenére korlátozottak a kapacitások.

Az alapítványhoz csoportos terápiára főként óvodákból, iskolákból, fejlesztő intézményekből viszik a gyerekeket, de jelenleg szenvedélybeteg-csoport is jár kezelésre. A közelben több autista fejlesztő központ található, ahonnan rendszeresen érkeznek gyermekek terápiára. Ezek a fejlesztő központok szoros együttműködésben állnak az alapítvánnyal, biztosítva a folytonosságot és a személyre szabott terápiás programokat.

Az egyéni és csoportos foglalkozások szeptembertől júniusig tartanak. Ezután nyáron táborokat szerveznek, ahova 20 fő jelentkezhet egyszerre. Általában 10 beteg és 10 egészséges gyermek vesz részt, akik gyakran testvérek, rokonok és barátok. Az ilyen táborok célja a beteg gyermekek integrálása a közösségbe, és egyre többen keresik fel ezeket a táborokat, mivel a szülők szívesen viszik oda gyermekeiket.

### Finanszírozás és Támogatás

A lovasterápia finanszírozása többféle módon történik. Lehetőség van társadalombiztosítási támogatásra a kezelés érdekében, valamint az alapítványnál a betegek pályázhatnak további támogatásokra is. Az alapítvány olykor szervez jótékonyági eseményeket és kampányokat, hogy biztosítsa a szükséges forrásokat a terápiás programok működtetéséhez és fejlesztéséhez. A közösségi összefogás és a támogató adományok nagyban hozzájárulnak ahhoz, hogy minél több rászoruló gyermek részesülhessen ebben a különleges és hatékony terápiás módszerben.

Az alapítvány különféle adománygyűjtő kampányokat is szervez, amelyek során különböző formákban fogad el támogatásokat: pénzadományokat, eszközöket, valamint önkéntes munkát. A helyi közösségek bevonásával és céges szponzorok támogatásával biztosítják, hogy a lovak és a létesítmények karbantartása folyamatos legyen, valamint hogy az oktatók és a terapeuták megfelelő eszközökkel dolgozhassanak.

### A Lovasterápia Jótékony Hatásai

A lovasterápia komplex módon segíti a résztvevők fejlődését, javítja a fizikai állapotukat, erősíti az önbizalmukat és a szociális készségeiket. A lovakkal való kapcsolat és a természet közelsége különösen jótékony hatású, hozzájárul a mentális és érzelmi jólétükhöz. Az alapítvány elkötelezetten dolgozik azon, hogy minél több gyermek és felnőtt számára elérhetővé tegye ezt az értékes terápiás lehetőséget.

A terápia során a lovakkal való interakció segíti a páciensek fizikai fejlődését, például az izomzatuk erősödését, a testtartásuk javítását és a mozgáskoordinációjuk fejlesztését. Ezen felül a lovak társaságában töltött idő hozzájárul az érzelmi stabilitás növeléséhez, a szorongás csökkentéséhez és a szociális kapcsolatok erősítéséhez.

A lovasterápia különösen hasznos lehet autizmus spektrum zavarral élő gyermekek számára, mivel a lovakkal való munka elősegíti a kommunikációs és szociális készségek fejlődését, valamint segít a figyelem és koncentráció javításában. A mozgássérült gyermekek számára a lovaglás olyan fizikai aktivitást biztosít, amely javítja az egyensúlyukat és a mozgáskoordinációjukat.

### Fejlesztési Kilátások és Jövőbeli Tervek

Az alapítvány tervei között szerepel a kapacitás bővítése és a szolgáltatások fejlesztése, hogy még több páciens részesülhessen a lovasterápia jótékony hatásaiban. Ehhez új szakemberek bevonására és további helyszínek kialakítására lenne szükség. Az alapítvány hosszú távú célja, hogy országos szinten is elérhetővé tegye a lovasterápiát, így minden rászoruló gyermek és felnőtt részesülhessen ebben a hatékony és különleges terápiás módszerben.

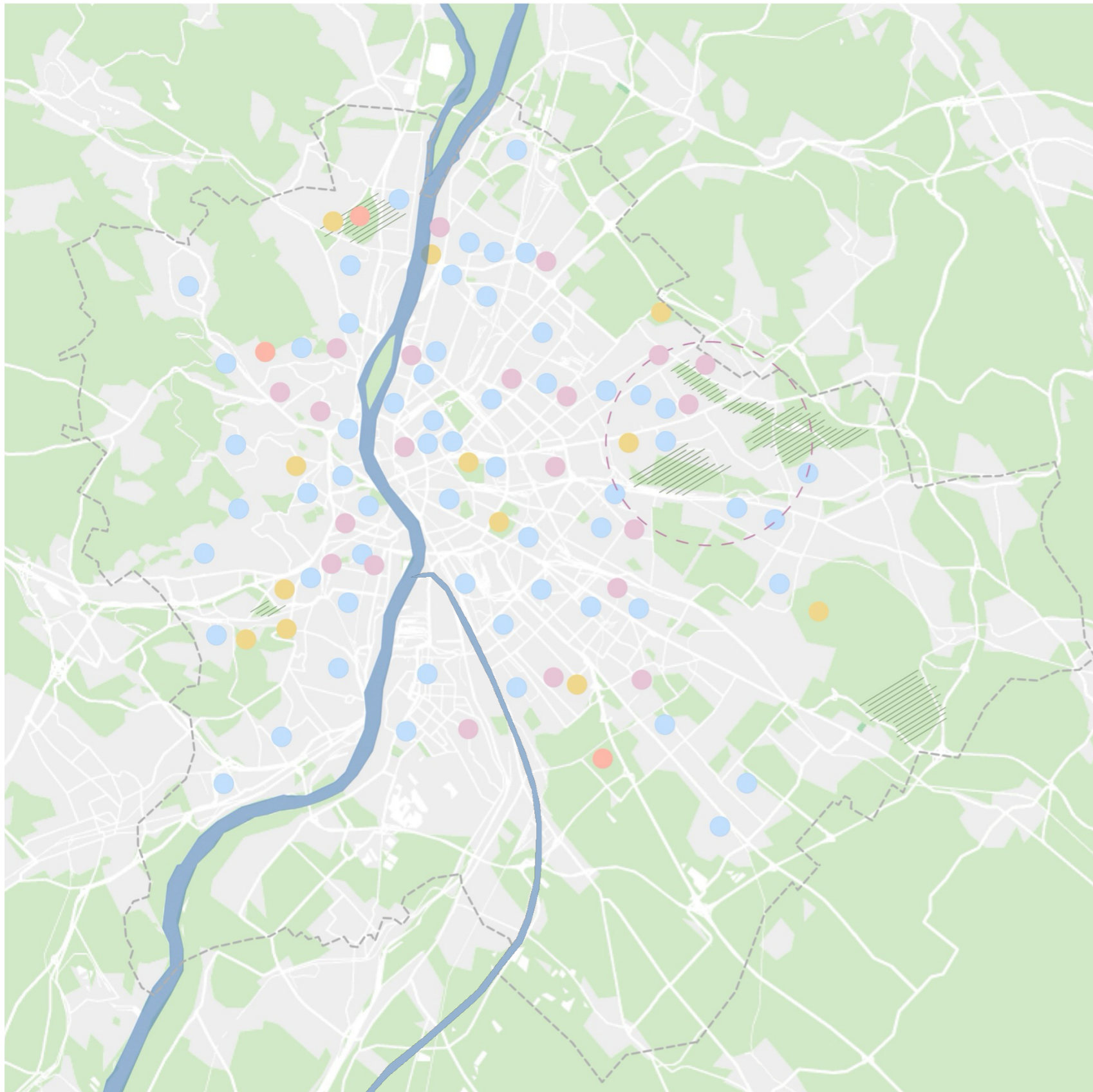
A jövőbeni terveik között szerepel továbbá a lovasterápia tudományos kutatása és dokumentálása, hogy minél több bizonyíték álljon rendelkezésre a terápia hatékonyságáról és eredményességéről. Az alapítvány szeretné szélesebb körben ismertté tenni a lovasterápiát, és együttműködni más egészségügyi és oktatási intézményekkel, hogy integrált terápiás programokat kínálhassanak a különböző szükségletekkel rendelkező páciensek számára.

### Összegzés

A lovasterápia iránti igény folyamatosan növekszik, de a jelenlegi kapacitások nem elegendőek a kereslet kielégítésére. Az alapítvány elkötelezetten dolgozik azon, hogy bővítse kapacitásait és minél több gyermek és felnőtt számára elérhetővé tegye a lovasterápiát. A lovasterápia számos területen bizonyította már hatékonyságát, és különösen hasznos lehet olyan páciensek számára, akik neurológiai, fizikai vagy mentális problémákkal küzdenek. Az alapítvány célja, hogy a lovasterápia révén hozzájáruljon a résztvevők életminőségének javításához, fizikai és érzelmi fejlődéséhez, valamint társadalmi integrációjához.



## Budapest áttekintő vizsgálata



8.kép: Budapest analízis

A helyszín kiválasztását megelőző kutatások alapozták meg, amit Budapest áttekintő vizsgálatával kezdtem. Elsőként felkutattam a most működő lovasterápiás helyeket, lovardákat. Fontos szempont, hogy olyan helyszínt válasszak a terápiás központnak, amely valóban természetes közegben van és könnyen megközelíthető. Emellett fontosnak gondolom, hogy a tervezett terület közelsége más fejlesztő intézményekhez, sérült gyermekeknek szánt oktatási helyekhez pozitív hatással lehet a terápiás központ célközönségére és a szolgáltatások könnyebb elérhetőségére.

A lovarda kialakításához alkalmasnak gondolt nagyléptékű zöldfelületeket kerestem, így szűkítettem a lehetséges vizsgálandó területeket. Buda területe erősen lejtős, így nehezebb olyan területet találni, ami alkalmas lehet egy lovarda kialakításához. Emellett jelenleg 2 lovasterápiás fejlesztő található Buda területén, így alkalmasabbnak gondolom a pesti oldal további vizsgálatát, elkerülve az aszimmetrikus elhelyezést városon belül. Részletes analízist a Rákos-patak és Szilas-patak mentén található zöldterületek vizsgálatával folytatom. Ezek az összefüggő zöldterületek alkalmasak lehetnek, fontos azonban az olyan helyzet kialakítása, ami a meglévő környezetre építő jelleggel hat, és nem rombolja azt.



# Felsőrákosi rétek helyszín vizsgálata



-  Tervezési helyszín
-  Lovarda
-  Megközelítési útvonal
-  Busz-, Hév-, Vonatmegálló
-  Ipari terület
-  Mezőgazdasági terület
-  Erdőterület
-  Rákos-patak

9.kép: Felsőrákosi rétek analízis 8.kép: Budapest analízis



## Az eldugott természetvédelmi terület, Felsőrákosi rétek

A Rákos-patak környéke Budapest második legnagyobb természetvédelmi területe a maga 162 hektárjával. A terület élővilága hihetetlenül érdekes: mivel a Rákos-patak évente áradt, majd visszatért medrébe, mocsarakat, lápokot és kisebb tavakat hozott létre, s igen változatos élővilágot alakított ki maga körül.

A terület a beépített városrészek közé ékelődik be és jelenleg kihasználatlan, elhanyagolt állapotban levő területnek számít. Megfelelő funkció lehetne egy terápiás jellegű lovarda kialakítása, ezzel megtarthatná a természetvédelmi értékének szükséges védelmet a fennmaradása érdekében, olyan módon, hogy azt a lakosság terápiás, esetleg tanulmányozási céllal látogathassa.

A Felsőrákosi területén húzódó mezőgazdasági és erdőterületek a főváros zöldfelületi rendszerének kiemelkedő szegmense, fontos átszellőzési csatorna, a terület táj idegen beépítése semmiképp nem megengedett. Azonban véleményem szerint egy ilyesfajta beépítés mindenképp értéknövelő hatással lenne a területre. A természetvédelmi zöldövezet jelenleg 1 hobbi lovardának ad otthont, megfelelő hely számukra az értékes zöldterületek és az erdőterületek.

Az Intergált Településfejlesztési Stratégiában több pontban kitérnek a terület rekreációs, sporttevékenységek számára alkalmas területként.

A terület megközelítése autóval érhető el legkönnyebben, tömegközlekedési pontok viszonylag távolabb helyezkednek el, azonban vélhetően a terápiára érkezők leginkább az autót preferálják előnyben.

A környéken elérhető távolságban találhatóak autisták és más értelmi sérültek számára biztosított oktatási intézmények, mozgáskorlátozottak számára fejlesztők, így a terület alkalmas megközelítésben lenne ezekhez. Emellett könnyen elérhető a beváros, így nem csak a környékről érkezőket szolgálná ki.

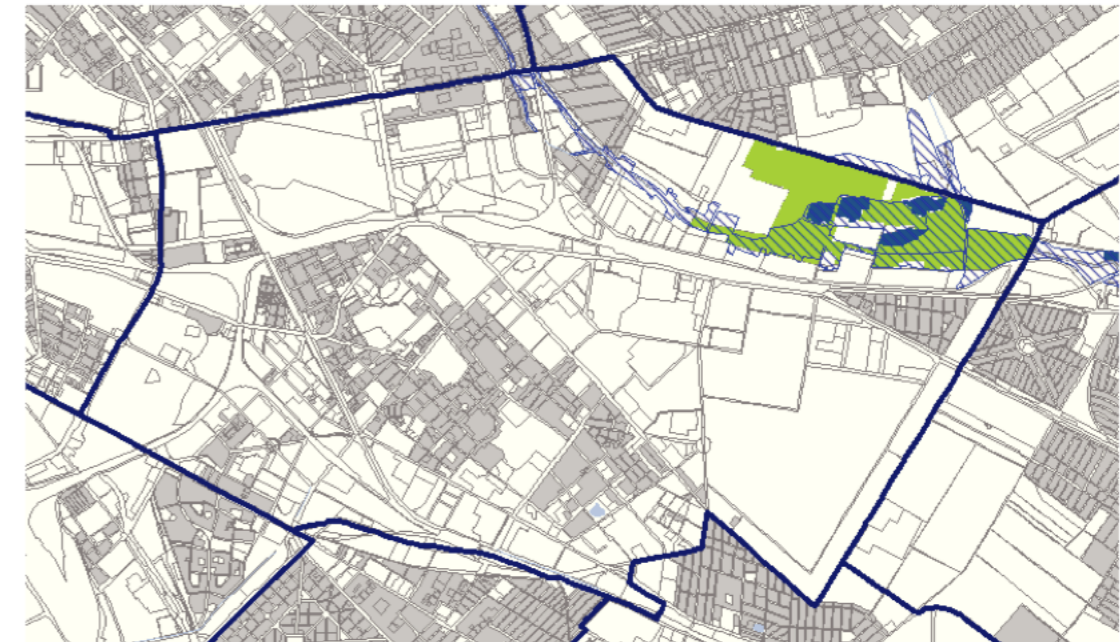
A városi területeken való megtartás és fenntartás révén a lovardák és természetközeli terápiás központ is hozzájárulhatna a városi zöldterületek megőrzéséhez és a városi környezet megújításához. A lovardák és a vidéki hangulatot árasztó területek elhelyezése a városban lehetővé teszi a városi lakosok számára, hogy könnyen hozzáférjenek a lovasélet élményeihez anélkül, hogy messzire kellene utazniuk. Ezáltal a városi emberek számára elérhetővé válik a természeti környezet és a „vidék” érzése. A terápiás lovarda közösségi teret teremthetne a városban, ahol az emberek találkozhatnak, ismeretségeket köthetnek és részt vehetnek közösségi eseményeken. Ez erősítheti a sérült gyermekek szociális képességét, ami szintén jótékony hatással bír.

Ezen a területen elhelyezendő lovarda kialakítása harmonikusan tudna illeszkedni a városi tájba. Jól kialakított tervezésük és elhelyezésük esztétikailag és funkcionálisan is kiegészítheti a városi környezetet. A természetvédelmi területeken található növény- és állatfajok sokszínűsége rendkívül fontos. A lovardák természetes környezetként való működtetése hozzájárulhat ezeknek az élőhelyeknek a megőrzéséhez, különösen, ha olyan fenntartható módon történik, ami lehetővé teszi az élőlények természetes életterének fenntartását.

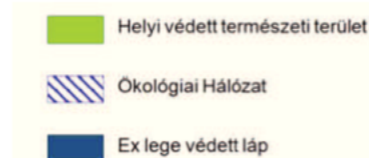
A terület jelenlegi kihasználtsága pusztuláshoz vezet, egy ilyesfajta tervezés jó iránypont lehet a természetvédelmi terület fellendítésének elindításában. Magával vonzhatna egyéb rekreációs lehetőségeket, zöldmezős beruházásokat, így a terület méltóbb helyet kaphatna a kerület, és a város életében.

## Védett, védendő táji, természeti értékek, területek

Az országos ökológiai hálózat övezete a kerület északi, XVI. kerülettel határos részét érinti. A terület a beépített városrészek közé ékszerűen benyúló Rákos-patak menti völgy zöldfelületeit fedi le. Az ökológiai hálózat övezeten belül magterület és az ökológiai zöldfolyosó területe különül el. Az előbbi magába foglalja az ex lege védett lápot. A láp körüli területek fővárosi védelmet élveznek. Ezek az élőhelyek a hajdani Rákosi-rétek egyik utolsó megmaradt maradványai, igen értékes élővilággal. Jó állapotban megmaradt üde lápréteket, kékperjés kiszáradó lápréteket, égerligeteket foglal magában, amelyek számos védett állat- és növényfajnak nyújtanak otthont. A kerületben Natura 2000 közösségi jelentőségű természetvédelmi rendeltetésű terület nem található.



1. ábra: Természetvédelmi területek



10.kép. X.kerület ITS természetvédelmi területek besorolása

## SWOT

ERŐSSÉGEK	GYENGESÉGEK
Kiterjedt védett természeti területek. Értékes élőhelyek. Zöld- és erdőterületek aránya magas. Egybefüggő zöld ék a Rákos-patak mentén. Rákos-patak revitalizációja.	Rákos-patak mesterséges mederkialakítású, nincs kapcsolata a patakot kísérő vizes élőhelyekkel.
LEHETŐSÉGEK	VESZÉLYEK
	Zöldmezős beruházások előtérbe kerülése miatt beépítésre szánt területek terjeszkedése. Kisvízfolyások fejlesztésének összehangolása a sok érdekelt jelenléte miatt nem koordinálható sikeresen. A forráshiányos természetvédelem miatt az értékek pusztulása.

11.kép. X.kerület SWOT analízis

## Rákos – patak és környezetének revitalizációja

Megvalósíthatósági tanulmány és mesterterv / BFVT Kft. 2017

A kutatásaimat továbbá a BFVT által kiadott tanulmányterv tanulmányozásával folytattam. A Rákos-patak és környezetének revitalizációjára vizsgálati, helyzetértékelési munkarész és egy tervezett munkarész készült.

A Rákos-patak és budapesti szakaszának revitalizációjára, fejlesztésére és környezetének megújítására számos terv készült az évek során. Azonban a várospolitikai döntéshozók, a víz- és tájrendezési szakemberek, valamint a társadalom által egyaránt jelentős szereppel bíró, kedvezőtlen ökológiai állapotú kisvízfolyás területére előirányzott fejlesztések közül eddig csak kevés valósult meg.

A Fővárosi Önkormányzat több átfogó tervet készített a patak jövőbeli helyzetének javítására. Emellett az érintett budapesti kerületek is rendelkeznek a patak területéhez kapcsolódó, részletes tervdokumentációkkal, amelyek vagy pontszerű, vagy lineáris jellegűek. Ezekből a fejlesztési szándékokból kiderül, hogy a patak egész területén az előirányzott együttműködést igénylő revitalizáció közös célja a vízfolyás rehabilitációja és renaturalizációja. Ezen túlmenően a projektek a kerékpárút kiépítését, a patak mentén való végigjárhatóság biztosítását és a rekreációs potenciál növelését is elősegítik.

A projekt legfontosabb célja – a kerékpárút fejlesztéséről szóló együttműködésen túl – a patak és környezetének revitalizációja. Ennek időszerűségét egyrészt a betonmeder rossz állapota, másrészt a patakparti élőhelyek megóvása is sürgeti. Emellett a kerületi igényeknek megfelelően a revitalizáció során a patakpart élhetőségének javítására, valamint sport és rekreációs funkcióinak erősítésére is hangsúlyt kell fektetni. A komplex tervezés minden tényezőjét szem előtt tartva kiemelt figyelmet kell fordítani a vízgazdálkodási és vízvisszatartási kérdésekre, amelyek hosszú távon meghatározzák a patak jövőjét.

A kőbányai patakpart területén az épített környezetet a XVII. kerület felé természetközeli területek váltják fel. Beépített terület két egységre osztható, az északnyugati kertvárosias lakóterületre, valamint a Nagycicce utcától a városrész déli peremén elhelyezkedő kereskedelmi, szolgáltató, gazdasági jellegű területekre. A terület karaktere változó, kertvárosias családi házas beépítés, természetközeli területek és szabadonálló gazdasági funkciót kiszolgáló beépítés váltják egymást. A terület, jellegéből adódóan kevés iroda- és rekreációs területtel rendelkezik, a Keresztúri út mentén kertészetekkel, autókereskedésekkel, különböző kereskedelmi létesítményekkel épült be. Kőbányán a természetközeli területek nagysága jelentős a szomszédos kerületekhez képest. A patak szinte az egész 5,7 km kerületi szakaszon zöld környezetben halad, ebből igazán értékes a Felsőrákosi-rétek területe. A vízpartot természetes, enyhe lejtésű partfal jellemzi, ahol természetesebb hatás érvényesül. Kikapcsolódásra, természetjárásra a Felsőrákosi-rétek területe és annak közvetlen környezete a legideálisabb.

A kőbányai patakpart környezete – a terület elszigeteltségének köszönhetően – természetközeli állapotban maradt fenn. A patakmeder fenntartási munkáiból kifolyólag a patakpart végigjárható, de a földút az időjárástól függően használható kényelmesen. A keresztirányú kapcsolatokat közúti hidak biztosítják, mely jelen állapotban elég hiányosak, nem vonzóak.

A X. kerületben nincs a Rákos-patak mentén vezetett, ahhoz kapcsolódó kiépített kerékpáros infrastruktúra.

A Felsőrákosi-rétek Természetvédelmi Terület Budapest legfiatalabb védett élőhelye, amely 2014. január 1-jén került törvényi oltalom alá. Ezzel a lépéssel Budapest egyik legjelentősebb természeti értéke kapott védelmet. Soroksáron kívül sehol máshol nem találunk olyan alföldi jellegű tájat, ahol ilyen nagy kiterjedésben maradtak fenn természetközeli gyepek, kaszálók és ártéri ligeterdők a kisvízfolyások mentén. Továbbá, a helyi védettségű terület 164 hektáron teljesen körbeveszi a Tűzok utca és a Lovasvölgyi utca mentén található, „ex lege” védettségű lápokot. Így a Felsőrákosi-rétek védett területe majdnem 200 hektárra nő, amivel a Budai-hegység Tájvédelmi Körzet és a Duna Natura 2000 védettségű fővárosi szakasza után a harmadik legnagyobb összefüggő védett élőhely Budapesten.

Ez a terület Kőbánya északi részén található, a Rákos-patak környezetében, északról a XVI., keletről a XVII. kerület, nyugatról pedig a Főkert Nonprofit Zrt. Keresztúri úti telephelye határolja. A védett élőhely több irányból is könnyen megközelíthető: a Keresztúri útról a Tűzok és Lovasvölgyi utcákon keresztül, északról a Pesti határútról, keletről pedig a Határmalom utca felől érhető el legkönnyebben.

A terület egyik legnagyobb értéke az a heterogén tájkép, amely eredetileg jellemző volt a Pesti-síkságra, és amelyet évszázadok, sőt egyes kutatások szerint évezredek óta formál az ember. Ezen a vidéken nem volt jellemző az a tendencia, hogy az ember teljes mértékben leigázza a természetet; inkább igyekezett ésszerűen használva erőforrásait együtt élni vele. A mocsarak és lápok ugyanis nagy kihívást jelentettek a gazdálkodóknak, ezért ezeken a területeken korábban legfeljebb csak legeltetés vagy kaszálás folyt. Ennek köszönhetően a területen mind a mai napig fennmaradtak a nagy kiterjedésű természetes és természetközeli élőhelyek.<sup>14</sup>

A tervi munkarészben a területre olyan természetvédelmi beavatkozási javaslatok szerepelnek, amelyek a terület élővilágának újratelepítését és védelmét szolgálják. A fokozottan védett láp és környezetének helyretétele nagyban hozzájárulna az élőhelyrehabilitációban és a honos fajok visszatelepítésében. Emellett olyan fontos beavatkozások szerepelnek, mint a Rákos-patak meder szintjének megfelelő biztosítása a talajvízviszonyok érdekében, valamint környezetének megfelelő kialakítása, a felesleges műtrágyák eltávolítása, mind az élővilág segítésére, mind az esztétika szempontjából.

A területre emellett különböző funkcióbővítési javaslatok is vannak, amelyek a terület fellendítését szolgálhatnák. A kerékpáros infrastruktúra kiépítése, zöldterületek fejlesztése fasor telepítéssel, élővilág renaturalizációval.

A patak mentén megjelenő objektumok élénkíthetik a közterület használatot, ilyen lehet egy teraszos pavilon, ami elsősorban ellátófunkciót tudna szolgálni az emberek számára.

A területen és közelében több lovarda is található, így megfogalmazásra került a lovasturizmus fellendítése, a helyszín kiválóan alkalmas a lovaglási lehetőségeknek. Ugyanakkor jelenleg nincs megfelelően kihasználva az a potenciál ami a területben rejlik.

<sup>14</sup> BFVT:Rákos – patak és környezetének revitalizációja (2017)



Funkcióbővítés, zöld-infrastruktúra			
0	Tájékoztató elem: információs pont (2 db)	Z03	600
0	Tájékoztató elem: „km” jelző (5 db)	Z03	500
1.	Vendéglátó, közösségi tér létrehozása a FŐKERT telephelyén belül (Rákos-patak Fogadóter)	Z03	100 000
1.	Városi közösségi kertészeti központ, bemutatókert, erdei iskola elérhetőség javítása a tömegközlekedési kapcsolatok felől		
1.	Értékes faállomány (platánsor, fűzes terület) és természetvédelmi területek megőrzése (helyi, országos védett területek, piócás gödrök)	Z04	
1.	Élőhelyrehabilitáció (ex lege láp – FŐKERT telephely közötti terület, mellékág – Mátyásföldi repülőtérre vezető vasúti sín közötti terület)	Z04	
2.	Erdőterület kialakítása, rekreációs fejlesztése	Z02	
Közlekedési és közmű infrastruktúra			
0.	Kerékpáros infrastruktúra (földmunka, megerősített pályaszerkezet)	K01	230 000
0.	Vasútvonal keresztezése		100 000
0.	Sétány (492 m <sup>2</sup> )	K05	7 380
Prioritás	Vízrendezés	Típus	Költség (ezer Ft)
1.	Mederfelújítás (Reno matrac, feltétel: a láprétek vízpótlását ne veszélyeztesse)	V01	695 000
1.	Kisvízi meder alaprajzi vonalvezetésének rendezése a 80a vasútvonalnál (bukó elbontása, áthelyezése, rézsűvédelem)	V06	25 000
1.	Ex lege lápon átvezető csatorna meghosszabbítása, mellékág nagy bukójának magassági csökkentése, egyenletes esésviszonyok kialakítása	V06	14 000
1.	Mederszint megemlése (800 m hosszon)	V06	12 800



12. kép RPR/2 tervi munkarész

## Z04 – TERMÉSZETVÉDELMI BEAVATKOZÁSI JAVASLATOK

- |   |  |    |  |
|---|--|----|--|
| 1 | Látogatóközpont, bemutatókert, erdei iskola létesítése                                     | 7  | Vízparti élőhelyeket biztosító tó létesítése   |
| 2 | Fokozottan védett lápi póc élőhelyének védelme   | 8  | Őshonos háziállatfajokat bemutató ökológikus gazdaság kialakítása  |
| 3 | Eséscsökkentő műtárgyak (bukók) átalakítása a vízi élőlények szabad átközeledése érdekében | 9  | Természetes jellegű vonalvezetés, hullámtér szélesítése  |
| 4 | Meder szintjének megemlése a kedvezőbb talajvízviszonyok érdekében                         | 10 | Hullámtér szélesítése, természetközeli területek vízutánpótlása  |
| 5 | Élőhelyrehabilitáció: honos fajok telepítése, az inavazív fajok injektálása                | 11 | Mellékágát átvágó töltések elbontása   |
| 6 | Kutyaiskola és egyéb konfliktust okozó funkciók áttelepítése                               | 12 | A vasútvonal fejlesztésekor átvezetők létesítése a vasúti töltésben a természetközeli területek és a háttérterületek összekapcsolása érdekében |

### Beavatkozás meghatározása

A patak X. és XVII. kerületi szakaszán olyan természetes és természetközeli élőhelyfragmentumok maradtak meg, amelyek még őrzik a hajdani Pesti-sík rendkívül gazdag élővilágát, ezért a természetvédelmi beavatkozásoknak ezek az elsődleges célterületei. A teljes szakaszon fontos lenne a lehetőségekhez mérten a medertalp kiszélesítése, a meredek rézsűoldal „lankásabbá” tétele, a vizek gyepekre történő kivezetése, és ezzel együtt a betonmeder eltávolítása, és helyette mérnököbiológiai medervédelem (RENO matrac) megvalósítása.

**4** Ahol vízrendezési szempontból lehetséges, javasolt a meder szintjének megemlése, amely előidézhetné a talajvíz mélyebbre süllyedésének részbeni megszüntetését, ezáltal az itteni szakaszon természetközelibbé válhatnának a szárazodásnak indult nedves, vizes élőhelyek.

**3** A patakmederben található különböző eséscsökkentő műtárgyak (pl. bukó) jelentős akadályt képeznek számos vízi élőlény (pl.: halak) számára. Ezek átalakításával (a betonlépcsők hosszan elnyúló, lejtős rézsűre történő cseréjével és a betonmedencék kis „tavakká” alakításával), megszüntethető ez az akadály.

**5** A patakszakaszon pontszerűen szükséges eltávolítani a vízfolyás mentén spontán betelepült tájidegen fászszerűakat injektálással, ugyanakkor a holtfa helyben hagyásával. Azokat a telepítéseket, melyeknek a területen



13. kép RPR/2 tervi munkarész



# HELYSZÍN HASZNÁLAT 1:10000



- |                                |                            |                         |
|--------------------------------|----------------------------|-------------------------|
| REKREÁCIÓS FUNKCIÓ             | TERVEZÉSI HELYSZÍN         | KAPCSOLAT LÉTREHOZÁS    |
| ERDŐ TERÜLET                   | FÓKUSZTERÜLET              | KERÉKPÁRÚT KIALAKÍTÁS   |
| TERMÉSZETKÖZELI TERÜLET        | ELBONTÁSRA KERÜLŐ ÉPÜLETEK | KÖZÖSSÉGI PONT - TERASZ |
| RÁKOS - PATAK SÉTÁNY KÖRNYEZET | IPARI TERÜLET FELSZÁMOLÁSA | KERÉKPÁROS PIHENŐ       |

14. kép: Helyszínhasználat



## Mezőgazdaság és építészet

Az állattartás szép, de nem könnyű feladat. A jól áttekinthető és funkcionálisan szervezett terekben könnyebb és hatékonyabb a gondozói munka. Az épületek tervezési fázisában fontos tudatosítani, hogy hol milyen munkavégzés fog zajlani és ahhoz milyen tér szükséges.

A lovarda egyik legfontosabb eleme az istálló kialakítása, amely angol boxos kivitelű, kívülről is megközelíthető lenne a lovak részére, hogy az istálló körül elhelyezett karámban szabadon járkálhassanak. Az angol boxok lehetővé teszik, hogy a lovak könnyedén ki-be járhassanak, ami hozzájárul a lovak jólétéhez és csökkenti a bezártságérzést. Az istállóban a boxok mellett kialakításra kerülne nyerges, tárolók, lómosó és egyéb szükséges funkciók. A nyerges helyiségben elhelyezhetők a nyerges, kantárok és egyéb lovaglási felszerelések, míg a tárolókban a takarmányok, eszközök és egyéb szükséges anyagok kapnak helyet. A lómosó biztosítja a lovak tisztán tartását és ápolását, ami elengedhetetlen a megfelelő higiénia és egészség fenntartásához.

A terápiát leggyakrabban a szabadtéri pályán tudnák végezni, de hidegebb idő esetére a fedeles lovardában kialakított pályát tudnák használni, így a terápia bármilyen időjárási viszonyokhoz tudna alkalmazkodni. A fedeles lovarda nem csak a terápia számára nyújtana megfelelő körülményeket, hanem az agrárgépek és takarmányok tárolására is alkalmas lenne. Ez a multifunkcionális tér biztosítja, hogy minden szükséges eszköz és anyag kéznél legyen, amikor a lovak gondozására vagy a terápia végzésére van szükség.

A körkarám kialakítása fontos lehet mind a terápia, mind a lovak átmozgatása céljából is. A körkarám ideális a lovak mozgatásához, edzéséhez és a terápiás foglalkozásokhoz, mivel zárt és biztonságos környezetet biztosít, ahol a lovak szabadon mozoghatnak, de mégis kontrollált körülmények között maradnak.

A közösségi épület helyiségei vizuális kapcsolatban vannak a lovas pályával, így a terápiára érkezők kísérői kényelmesen tudnak várakozni a foglalkozás ideje alatt. Emellett öltözők és egyéb kiszolgáló funkciók elhelyezése itt történne. Az alkalmazottak számára is itt kerülnének kialakításra az öltözők és irodák, ami biztosítja, hogy minden szükséges infrastruktúra elérhető legyen a személyzet számára.

Az épületben lehetőség lenne egyéb fejlesztő oktatást tartani az erre kialakított helyiségekben az oktatók által. Ezek a helyiségek lehetőséget biztosítanak különböző fejlesztő programok, tréningek és workshopok megtartására, amelyek kiegészítik a lovasterápiás foglalkozásokat és további támogatást nyújtanak a páciensek számára.

A területen kialakításra kerül egy mozgásfejlesztő játszótér is a gyermekek számára, ahol együtt játszva szociális készségük is fejlesztésre kerülne. A játszótér különböző eszközökkel és játékokkal lenne felszerelve, amelyek segítik a gyerekek motoros készségeinek fejlesztését, valamint lehetőséget adnak a szociális interakciókra, közös játékokra és együttműködésre. Ez a tér a pihenés és szórakozás helyszíne is lehetne, ahol a gyermekek és kísérőik kellemes időt tölthetnek el a terápiás foglalkozások között.

### Kiegészítő Szolgáltatások és Létesítmények

#### Oktató és Fejlesztő Központ

A lovarda területén egy oktató és fejlesztő központ is kialakításra kerülne, ahol különböző tanfolyamokat, tréningeket és előadásokat tartanának. Ez a központ a lovasterápia elméleti és gyakorlati oktatásának helyszíne lenne, ahol a szakemberek továbbképzése és új terapeuták képzése történne.

#### Szociális Terek

A közösségi épületben több szociális tér is kialakításra kerülne, például egy kávézó vagy teázó, ahol a látogatók és a terápián részt vevők családtagjai, kísérői kellemesen tölthetik el az időt. Ezek a terek lehetőséget biztosítanak a pihenésre, beszélgetésre és közösségi életre, ami hozzájárul a közösségi kapcsolatok erősítéséhez.

#### Rendezvények és Programok

A lovarda rendszeresen szervezne különböző rendezvényeket és programokat, mint például nyílt napokat, bemutatókat, versenyeket és workshopokat. Ezek az események nemcsak a lovasterápia népszerűsítésére szolgálnának, hanem a közösség összekovácsolására is, valamint a lovaglás és a lovasterápia pozitív hatásainak bemutatására.

#### Fenntarthatóság és Környezetvédelem

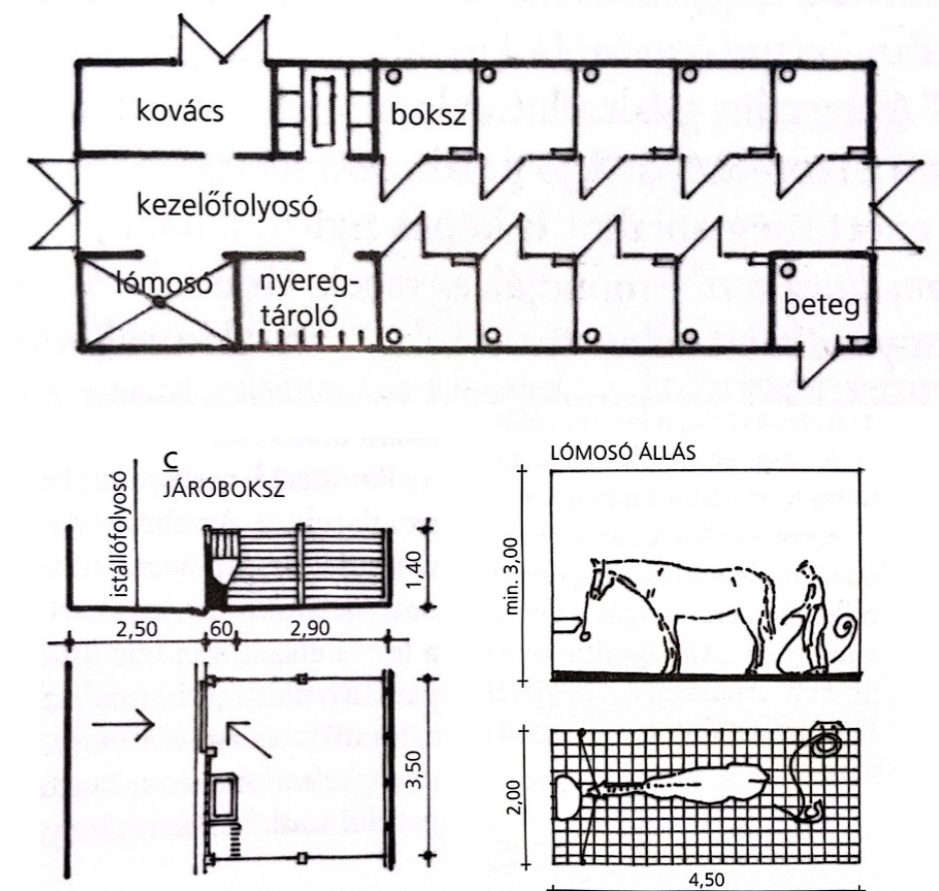
A lovarda kialakítása során fontos a fenntarthatóság és a környezetvédelem. Az épületek energiahatékonysága, megújuló energiaforrásokat használata, mint például napelemek és hőszivattyúk használata. Az esővíz gyűjtése és újrahasznosítása is fontos szempont lenne, ami hozzájárulna a vízfelhasználás csökkentéséhez és a fenntartható gazdálkodáshoz.

#### Összegzés

A lovarda átgondolt tervezése és kivitelezése biztosítaná, hogy minden szükséges funkció és szolgáltatás rendelkezésre álljon a lovasterápia hatékony és biztonságos végzéséhez. Az angol boxos istállók, a szabadtéri és fedeles pályák, a körkarám, valamint a közösségi és oktatási épületek mind hozzájárulnának a terápia sikeréhez és a páciensek jólétéhez. A fenntarthatósági szempontok figyelembevételével pedig a lovarda hosszú távon is környezetbarát és gazdaságilag fenntartható lenne.

15. kép Reischl Gábor:  
Mezőgazdaság és építészet c.  
könyv

#### H BOKSZOS ZÁRT ISTÁLLÓ



## Konklúzió

A városi életstílus felgyorsult tempója és a technológia előretörése új kihívások elé állítja az embereket. Az urbanizáció előrehaladtával az emberek egyre inkább elszakadnak a természettől és az állatoktól. Ebben az urbanizált környezetben azonban egy terápiás lovarda kiváló megoldás lehet arra, hogy visszahozzuk az embereket a természettel való harmonikus kapcsolatba, emellett olyan terápiás lehetőséget biztosítsunk, ami jelenleg kevés helyen érhető el hazánkban.

Egy ilyen lovarda nem csupán terápiás szempontból játszhat kulcsszerepet, hanem a városi életforma által okozott stressz enyhítésében is. A természetes környezetben való időtöltés, a lovak jelenléte és az állatokkal való kapcsolat olyan lehetőséget teremt, amely segít az embereknek kikapcsolódni a város zajától és a mindennapi nyüzsgéstől. A lovak nyugtató hatással vannak az emberekre, segítenek csökkenteni a stresszt és a szorongást, valamint erősítik az emberek közötti kötődéseket.

A városi lakosok számára a természet közelsége ritka és értékes élményt jelent. Egy városi lovarda lehetőséget kínál arra, hogy az emberek rendszeresen kapcsolatba kerüljenek a természettel és az állatokkal, ami hozzájárulhat mentális és fizikai egészségük javításához. A lovasterápia különösen hasznos lehet a különböző pszichés és fizikai problémákkal küzdők számára, hiszen a lovak nyugodt és elfogadó jelenléte segít a szorongás és stressz csökkentésében, valamint fejleszti az önbizalmat és az önértékelést.

Emellett fontos kiemelni a táji helyzetek, a „vidéki” környezet fontosságát a városban. A lovarda olyan táji elem lenne a városban, amely lehetővé teszi az emberek számára, hogy kis időre kiszakadjanak a városi környezetből, és átélhessék a vidéki élet hangulatát és szépségét. Ezáltal hozzájárulna a városi tér sokszínűségéhez és egyedi karakteréhez. A lovardák zöld szigeteket képezhetnek a városi betonrengetegben, amelyek friss levegőt és nyugalmat hoznak a városi közösségek életébe.

A lovardák mellett közösségi térként is funkcionálhatnak, ahol különböző rendezvények, oktatási programok és közösségi események kerülhetnek megrendezésre. Ezek az események erősíthetik a közösségi kapcsolatokat, és lehetőséget kínálnak arra, hogy a város lakói többet tudjanak meg a lovakról és a lovaglásról, valamint az állatokkal való kapcsolat jótékony hatásairól. A lovardák által szervezett programok, mint például lovaglási oktatás, terápiás foglalkozások, nyílt napok és családi rendezvények, mind hozzájárulnak a közösségi élet gazdagításához.

A városi területeken való megtartás és fenntartás révén a lovarda hozzájárulhatna a városi zöldterületek megőrzéséhez és a városi környezet megújításához. Az ilyen zöldterületek nemcsak az emberek számára nyújtanak pihenési és rekreációs lehetőséget, hanem a biodiverzitás megőrzésében is fontos szerepet játszanak. A városi lovardák segíthetnek fenntartani és növelni a városi ökoszisztéma egészségét, miközben értékes oktatási és közösségi központokká válnak.

Összességében egy terápiás lovarda városi környezetben nem csak az emberek pszichés és fizikai egészségét szolgálja, hanem lehetőséget kínál a természettel való kapcsolat megerősítésére, az urbánus életforma ellensúlyozására és a táji környezet fontosságának hangsúlyozására a városban. Az ilyen létesítmények hozzájárulhatnak a városi életminőség javításához, a közösségi kapcsolatok erősítéséhez, és a városi tér sokszínűségének növeléséhez, mindeközben támogatva a fenntartható városfejlesztést



Szakirodalom, forrás:

- <sup>1</sup> Tuli Andrea (2004): A lóverseny, mint a társasági reprezentáció intézménye Ausztria-Magyarországon a 19-20. században, *ELTE BTK PHD/Történelemtudományi D. I.*
- <sup>2</sup> Bacher-Tuli Andrea(2012): „A zöld színpad” A lóversenyzés, mint a társas reprezentáció sajátos intézménye a dualizmus korában,” *ELTE BTK PHD/Történelemtudományi D. I.*
- <sup>3</sup> A korcsolyától a lóversenyen át a sakkig – a Városliget hajdani sportélete, Múlt-kor.hu, 2020. augusztus 17. <https://mult-kor.hu/a-korcsolyatol-a-loversenyen-at-a-sakkig-a-varosliget-hajdani-sportelele-20200817> [utoljára megtekintve: 2023.12.18.]
- <sup>4</sup> Hídvégi Violetta - Maróty Katalin (2014) „Ybl-épületsorsok az Unger-háztól a Kálvin térig,” *Budapest Főváros Levéltára/Építészettörténeti Kiadványok*
- <sup>5</sup> Tattersall, Nemzeti Lovarda, egykor.hu, 2012. <https://egykor.hu/index.php/budapest-viii--kerulet/tattersal-nemzeti-lovarda/3228> [utoljára megtekintve: 2023.12.20.]
- <sup>6</sup> Jakabfi-Kovács Boglárka: A Nemzeti Lovarda rehabilitációja, Építészfórum, 2012.08.06. <https://epiteszforum.hu/a-nemzeti-lovarda-rehabilitacioja-jakabfi-kovacs-boglarka-diplomaterve> [utoljára megtekintve: 2023.12.21.]
- <sup>7</sup> A Nemzeti lovarda története, nemzetilovarda.hu, <https://nemzetilovarda.hu/nemzeti-lovarda-tortenete> [utoljára megtekintve: 2023.12.21.]
- <sup>8</sup> Schmeller Dalma(2023): Élmények a zöldfelületeken: A megélt tér különbségei Stockholmban, *Központi Statisztikai Hivatal*
- <sup>9,11</sup> Szigeti Cecília, Czédli Herta(2022): Városi ökológiai lábnyom és a zöldterületek, *BGE Szemelvények. Budapesti Gazdasági Egyetem, Budapest, Magyarország, pp. 220-230*
- <sup>10</sup> Kovács Zoltán(2017): Városok és urbanizációs kihívások Magyarországon, *MAGYAR TUDOMÁNY, 178 (3). pp. 302-310*
- <sup>12</sup> Dúll Andrea(2005): A természeti környezet – környezetpszichológiai megközelítésben, *Tájökológiai Lapok 3 (1): 1–12. (2005)*
- <sup>13</sup> Steiner Henriette: *Egy alternatív gyógymód: a lovasterápia (2011)*
- <sup>14</sup> BFVT : Rákos – patak és környezetének revitalizációja (2017) <http://www.bfvt.hu/referenciak/rakos-patak-es-kornyezetenek-revitalizacioja--megvalosithatosagi-tanulmany-es-mesterterv.html>

Kép- és ábrajegyzék:

- 1.kép: Városliget és Új lóversenyter - Budapest közigazgatási térképsorozata 1895 <https://maps.arcanum.com/hu/browse/city/budapest/>
- 2.kép: Nemzeti lovarda és környéke - Budapest közigazgatási térképsorozata 1895 <https://maps.arcanum.com/hu/browse/city/budapest/>
3. kép Nemzeti Lovarda. Utcai és hátsó homlokzat, végleges változat. [HU BFL - XV.17.f.331.b - 93/10] Oldalhomlokzat, végleges változat. [HU BFL - XV.17.f.331.b - 93/9] <https://maps.hungaricana.hu/hu/BFLTervtar/>
- 4.kép: Nemzeti Lovarda, 1900: Fortepan / Budapest Főváros Levéltára. Levéltári jelzet: HU.BFL.XV.19.d.1.05.015
- 5.kép: Tattersall, Ügető lóversenyter, Új lóvásártér, Budapest közigazgatási térképsorozata, 1895 <https://maps.arcanum.com/hu/browse/city/budapest/>
- 6.kép: Ügető lóverseny tér fotó, 1958, Fortepan/ Budapest Főváros Levéltára. Képszám: 21763
- 7.kép: Equine-Assisted Therapy: Benefits for developmental disabilities <https://beaminghealth.com/article/equine-assisted-therapy-benefits-for-developmental-differences/>
- 8.kép: Budapest analízis, saját szerkesztés
- 9.kép: Felsőrákosi rétek analízis, saját szerkesztés
- 10.kép: X.kerület ITS természetvédelmi területek besorolása, X.kerület Integrált Településfejlesztési Stratégia
- 11.kép: X.kerület SWOT analízis, X.kerület Integrált Településfejlesztési Stratégia
12. kép Rákos-patak és környezetének revitalizációja / Megvalósíthatósági tanulmány és mesterterv / Tervi munkarész
13. kép Rákos-patak és környezetének revitalizációja / Megvalósíthatósági tanulmány és mesterterv / Tervi munkarész
14. kép: Helyszínhasználat, saját szerkesztés
15. kép: Reischl Gábor: Mezőgazdaság és építészet c. könyv