

# Honey Hill MAGAZIN

2026. tavasz



Hasznos tippek, cikkek, receptek  
a méhek természet adta erejével



# Szabadtéri tanácsok tavaszra

A tavasz sokak számára a megújulás időszaka. Egyre többet tartózkodunk a friss levegőn, kirándulunk, kertészkedünk, sétálunk a virágzó fák alatt, élvezzük a természet ébredését. Ilyenkor azonban nemcsak mi mozdulunk ki szívesebben, hanem a kis munkatársaink is újra teljes lendülettel megkezdik dolgos mindennapjaikat.



A méhek tavaszi időszakban különösen aktívak. A család megerősödése, a nektárgyűjtés beindulása és a természet gyors változásai miatt ilyenkor gyakrabban találkozhatunk velük kertekben, gyümölcsösökben, parkokban vagy akár városi környezetben is. Éppen ezért érdemes tudni, hogyan kerülhetjük el a kellemetlen helyzeteket, és mire figyeljünk oda a szabadban.

## 1. A virágzó területeken legyünk körültekintőek

Tavasszal a méhek számára minden virágzó növény fontos táplálékforrás. A gyümölcsfák, a bokrok, a kerti virágok, de különösen a nagyobb nektáradó területek, például a repcetáblák, erősen vonzzák őket.

Egy szépen virágzó terület valóban csábító látvány, de nem érdemes túl közel menni az olyan helyekhez, ahol egyszerre nagyon sok méh dolgozik. Ilyenkor ők nem ránk figyelnek, hanem a munkájukat végzik, de a túlzott közelség, a hirtelen mozdulatok vagy a zavarás feszültséget okozhat.

## 2. Nyugodt viselkedéssel megelőzhetjük a kellemtlenségeket

Ha egy méh a közelünkbe repül, a legfontosabb, hogy ne essünk pánikba. A hadonászás, a csapkodás vagy az ijedt mozdulatok inkább fokozzák a veszélyt, mintsem megszüntetik azt.

A legjobb, amit ilyenkor tehetünk, hogy nyugodtan megállunk, vagy lassan arrébb lépünk. A méh legtöbbször csak tájékozódik, és hamar tovább is áll. Minél higgadtabban viselkedünk, annál kisebb az esélye annak, hogy kellemetlen helyzet alakuljon ki.

### **3. Piknikezésnél és kerti pihenésnél figyeljünk az édes italokra**

A tavaszi és kora nyári szabadtéri időtöltéshez gyakran hozzátartoznak az üdítők, gyümölcslevek, gyümölcsök és édességek is. Ezek illata azonban nemcsak számunkra csábító, hanem a méhek és a darazsak számára is.



Ezért érdemes minden megkezdett italt letakarni vagy visszazárni, az ételmaradékokat pedig nem szanaszét hagyni. Egy nyitva hagyott palack, pohár vagy félretett gyümölcs könnyen odavonzhatja a rovarokat. Ez különösen azért kerülendő, mert ha valaki figyelmetlenül iszik bele egy italba, komoly kellemetlenség is lehet belőle.

### **4. A túl intenzív illatok a szabadban nem mindig előnyösek**

Sokan tavasszal szívesen használnak erősebb illatokat, parfümöket, testpermeteket, illatos kozmetikumokat. A szabadban azonban ezek olykor nem a legjobb választások.

Az erős, édes vagy feltűnő illatok odavonzhatják a rovarokat, és növelhetik annak esélyét, hogy egy méh vagy darázs hosszabban a közelünkben maradjon. Ha kirándulni, kertészkedni vagy hosszabb sétára indulunk a természetbe, célszerű visszafogottabb illatokat választani.

## 5. A megfelelő öltözet is sokat számíthat

Erről kevesebb szó esik, pedig hasznos szempont. Ha virágzó területen, mezőn, gyümölcsös közelében vagy magasabb fűben tartózkodunk, érdemes zártabb ruházatot viselni.



A lenge, bő ruhadarabok, a mezítlás közlekedés vagy a nyitott szandál bizonyos helyzetekben növelhetik a kellemetlen találkozások esélyét. Egy könnyű, de zártabb öltözet segít megelőzni a bajt.

## 6. Gyermekkel is érdemes időben megbeszélni a helyes viselkedést

A gyerekek természetes módon kíváncsiak. Egy zümmögő rovar, egy virágon dolgozó méh vagy egy bokor körül mozgó raj számukra érdekes látvány lehet. Ezért fontos, hogy már előre, nyugodtan elmondjuk nekik: a méheket nem szabad megfogni, ütügetni, kergetni vagy piszkálni.

Ha megtanulják, hogy a méh nem játék, hanem dolgozó élőlény, amelyet tisztelettel kell szemlélni, azzal nemcsak a veszélyeket csökkentjük, hanem a természet iránti helyes viszonyt is erősítjük bennük.



## 7. Mit tegyünk, ha méhrajt látunk?

Sokan megijednek, amikor egy fára, kerítésre vagy bokorra telepedett méhrajt látnak. Pedig a valóságban ez többnyire nem olyan veszélyes helyzet, mint amilyennek elsőre tűnik.

A rajzó méhek általában új lakóhelyet keresnek, és ilyenkor többnyire nyugodtabbak. Nem a támadás a céljuk, hanem az, hogy átmenetileg megpihenjenek. Ettől függetlenül természetesen ilyenkor sem szabad közel menni hozzájuk, hadonászni vagy megpróbálni eltávolítani őket.



A legjobb, ha békén hagyjuk a rajt, és távol tartjuk tőle a gyerekeket, háziállatokat. Ha forgalmas, problémás helyre telepedtek, érdemes értesíteni a helyi önkormányzatot vagy egy környékbeli méhészt, aki szakszerűen tud intézkedni.

### **A természet közelsége öröm, de figyelmet is kér**

A tavaszi szabadtéri időszak az egyik legszebb része az évnek. Jó érzés újra a kertben dolgozni, a napsütésben sétálni, a természet éledését figyelni. Ha azonban egy kis odafigyeléssel és nyugalommal vagyunk jelen ebben az időszakban, sok kellemetlenséget megelőzhetünk.

A méhek nem azért vannak körülöttünk, hogy bántsanak bennünket. Ők a természet rendje szerint végzik pótolhatatlan munkájukat. Ha ezt tiszteletben tartjuk, és okosan viselkedünk a közelükben, akkor a tavaszi napokat sokkal nyugodtabban, biztonságosabban élvezhetjük.

Kellemes tavaszi napokat és jó egészséget kívánok! :)

Üdvözlettel:

Hegy József, méhészt, apiterapeuta



## Gyömbéres-citromfűves tea *az időjárás-változás kellemetlenségeire*



Az időjárás hirtelen változását sokan fejfájással, fáradtsággal, bágyadtsággal vagy bizonytalan közérzettel élik meg. Ilyenkor különösen jóleshet egy olyan egyszerű, természetes tea, amely nem terheli meg a szervezetet, mégis kellemesen átmelegít és hozzájárul a folyadékpótláshoz. A citromfű lágyabb, harmonikusabb karaktert ad, a gyömbér egy kis élénkséget visz bele, a méz pedig szépen összesímítja az ízeket.

### Hozzávalók 1 nagy bögréhez

- 3-4 vékony szelet friss gyömbér
- 1 teáskanál szárított citromfű vagy 2 teáskanál friss citromfű
- 2,5 dl forró víz
- 1 teáskanál méz - cukorbetegeknek méz nélkül, vagy édesítőszerrel javaslom az elkészítést
- 1-2 vékony szelet citrom vagy pár csepp citromlé

## Elkészítése:

Tegye a gyömbért és a citromfűvet egy bögrébe vagy kisebb kannába, majd öntse fel a forró vízzel. Hagyja állni 8-10 percig, utána szűrje le. Amikor már nem tűzforró, keverje bele a mézet, és ízesítse kevés citrommal.

## Mikor lehet jó választás?

Ez a tea főként akkor eshet jól, amikor az ember frontos, borongós vagy szeles napokon valami kímélő, meleg italra vágyik. A meleg, koffeinmentes ital hozzájárulhat a napi folyadékbevitelhez, ami fejfájásnál és alacsony vérnyomáshoz társuló rosszullétnél is fontos lehet.

## Készítse el és fogyassza egészséggel!

Üdvözlettel:

Hegyi József, méhészt, apiterapeuta



**Medve barátunk is nagyon várja már az idei méhészt szezon indulását. :)**

# Mézes-zabpelyhes banánturmix



Vannak reggelek, amikor az ember nem kíván nehéz fogásokat, mégis jólesne valami finom, lágy és tartalmas ital. Ilyenkor jó választás lehet egy olyan egyszerű turmix, amely gyorsan elkészül, mégis kellemesen kerek ízvilágot ad.

A mézes-zabpelyhes banánturmix éppen ilyen. A banán krémes alapot ad, a zabpehely finoman tartalmasabbá teszi, a méz pedig lágyan összehangolja az ízeket. A növényi tej könnyeddé és selymessé teszi ezt az egyszerű reggeli italt.

## Hozzávalók 2 pohárhoz:

- 2 érett banán
- 4 dl növényi tej
- 3 evőkanál apró szemű zabpehely
- 1–2 teáskanál méz ízlés szerint - cukorbetegeknek méz nélkül, vagy édesítőszerrel javaslom az elkészítését
- opcionálisan egy csipet fahéj

## Elkészítése:

A banánokat hámozzuk meg, daraboljuk fel, majd tegyük turmixgépbe. Öntsük hozzá a növényi tejet, adjuk hozzá a zabpehelyet és a mézet. Ha szeretnénk, egy csipet fahéjjal is ízesíthetjük. Turmixoljuk simára, amíg kellemesen krémes állagú italt nem kapunk. Ha sűrűbben szeretjük, adhatunk hozzá még egy kevés zabpehelyet, ha pedig lazább állagot szeretnénk, egy kis plusz növényi tejjel hígíthatjuk.

**A banán** lágy állagával és természetes édességével igazán hálás alapanyag, amely selymessé teszi a turmixot.

**A zabpehely** egyszerű, mégis értékes összetevő, amely finoman gazdagítja az italt, és tartalmasabbá teszi a reggelt.

**A méz** a méhek egyik kedves ajándéka, amely nemcsak édesít, hanem harmonikusabbá is teszi az ízeletet.

**A növényi tej** könnyedebb karaktert ad ennek a receptnek, ezért különösen jóleshet azoknak, akik a nap elején egyszerűbb, lágyabb italra vágnak.

Ha szereti a melegebb, fűszeresebb ízeletet, egy kevés fahéjjal még kellemesebbé teheti ezt a turmixot.

**Készítse el és fogyassza egészséggel!**

A [mezgyogasz.hu](http://mezgyogasz.hu) honlapunkon további hasznos recepteket talál.

Keresse ezeket itt, a honlap Tudástár/Receptek menüpontjában:

<http://mezgyogasz.hu/receptek.html>

# Tudtad-e?



**A méhek nem véletlenül szerűen gyűjtenek: ösztönösen az édesebb, ízletesebb nektárt adó virágokat keresik, és a tápanyagban gazdag virágport részesítik előnyben.**



# Munka és játék



Józsi gazda „kis munkatársaim”-nak hívta a méheket. Minden méh büszke volt arra, hogy az ő emberük, a méhész úgy tekint rájuk, mint szorgos szakemberekre. Illetve, szakméhekre. Ezt a megtisztelő címet pedig nem csupán szakmai hozzáértésükkel vívták ki, hanem szigorú, már-már katonás életmódjukkal is.

A kaptárban minden reggel névsorolvasással kezdődött. Ezt egy rangidős méh tartotta, akire minden dolgozó felnézett. Zazinak ezen a reggelen majdnem sikerült elkésnie eme fontos napindító eseményről. Ennek pedig az volt az oka, hogy kissé elmerengett, miközben a fekhelye fölé kiakasztott oklevelét csodálta. Ám amikor felhangzott az erőteljes hangerejű „Néééévsóoor!” felkiáltás, egyetlen pillanat alatt észhez tért és olyan gyorsan repült a helyére, mintha valaki üldözte volna.

„A sorakozó után Zazi egy jó barátjával, Zorkával együtt indult el Mézdombra. Imádtak együtt nevetgélni, történeteket mesélni egymásnak, de amit a legjobban kedveltek, az a barkóba volt.

- Akkor most gondolj te valamire, én pedig kitalálom – mondta Zorka, repülés közben.

- Jó! Meg is van! – felelte rövid gondolkodás után Zazi.

- Oké. Tárgy?

- Nem.

- Fogalom?

- Igen.

- Jó. Lássuk csak... ez egy pozitív dolog?

- Igen.

- Helyszínnel kapcsolatos fogalom?

- Részben.

- Munkával kapcsolatos?

- Igen.

- Ez valami olyan, amit mi imádunk csinálni?

- Igen.

- Mézgyűjtés?

- Igeeen! Kitaláltad! – örvendezett Zazi.

- Imádom ezt a játékot! – lelkesedett Zorka.

Közben megérkeztek Mézdombra. Újra megcsodálták a gyönyörű tájat, mélyeket szippantottak az oxigéndús levegőből és élvezték a napsütést. Azt is megbeszélték, hogy a hazafelé úton majd Zorka fog valamire gondolni és Zazi fog találgatni. Azon a napon különösen édes nektárt adtak a virágok a két vidám méhecskének.

**Ha tetszett Önnek ez a kis történet és szokott gyerekeknek, unokáknak mesét felolvasni, a további részeket keresse a [mezgyogysz.hu](http://mezgyogysz.hu) oldalon itt, a Tudástár menüpontban: <http://mezgyogysz.hu/mezdombi-tortenetek.html>**



# Sikerbeszámolók



**Mindig nagy örömmel olvasom a véleményeket és sikereket, amiket a méhészeti termékek alkalmazásával kapcsolatban írnak nekem emailben vagy a Facebookon! Az ilyen csodálatos visszajelzéseknek köszönhetően igazán érezzük, hogy megéri a sok befektetett munka.**

**Ezekből szeretnék most megosztani néhányat a teljesség igénye nélkül:**

„Én használok a termékeiket. Kiválóak!!!! Egy éve már meg sem voltam fázva! Szeretem, mert időnként felhívnak és érdeklődnek az egészségem iránt. Kedves, aranyos és emberi eladók! A méhpempő kiváló fájdalom és gyulladásgátló. Az arckrémjüket (össejt) is megrendeltem. Kívánok nekik jó egészséget és sikereket a munkájukhoz!” - Fatime



„Ma vettem a második adagot a Propoliszos krémből, úgy érzem, hogy használ... sok mást próbáltam már, de a legjobb eredmény itt éreztem.” - Éva



„Néhány napja csak, hogy közelebbi ismeretséget kötöttem velük! Rögtön meglepetést okoztak nekem: "Ma megrendeltem - holnap" már egy halk kopogtatással csendesesen megérkeztek! Külső szemrevételezés után, megállapítottam, úgy néznek ki és olyan az érintésük, mint az igazi hernyó selyem, csodásan lágy, puha, nem hivalkodó, mégis csalogatóan illatos, amire pont vágytam! Aztán az elmúlt néhány nap, mindketten, illetve hárman (a feszesítő szérum bizony, az ő kis testvérük) bebizonyították, hogy a mindenre is érzékeny bőrömön a hatásuk már szemmel megállapítható, vagyis itt biz, egy örök, szoros barátság köttetik! Bőröm nevében is hálásan köszönöm a Honey Hill-nek!!” - Katalin (arckrémek, szérum)



„Ma két hete, hogy szedem a Méhpempőt, ma reggel arra eszméltem, hogy elmúlt a régóta tartó köhögésem, fulladásom.” - Andrea



„Ez a kettős hatás csomag egy csoda. Évek óta használok. Engem a kerekesebb székeltől mentett meg. Ajánlom másoknak is! Hegyi Úrnak köszönöm szépen!” - Erzsébet



„Nagyon szuper termékek, használok a szérumot is. Minden este arctisztítóhab, szérum, és befejezésül Hold királynője éjszakai arckrém. Az arc bőrömnek kellemes érzetet biztosít, selymes, puha, és finom méz illatú minden termék. Köszönöm szépen!” - Szilvia





"Az arctisztító hab a legjobb termék ami elérhető a piacon, luxusmárkák termékeit utasítja maga mögé! Évek óta küszködtem, hogy megfelelő arctisztítót találjak. A korábban kipróbált, illetve használt termékektől jobb esetben csak kiszáradt, irritált volt és húzódtott a bőröm, rosszabb esetben kivörösödött és fáj. Azonnali hidratálás nélkül nem tudtam létezni.

A tisztító hab használata nagyon kellemes, ha nem kenem utána azonnal a hidratálót akkor is komfortos érzés. Többször rendeltem és fogom is amíg elérhető." - Pálma



"Kettő hete használom a termékeket! A méhpempőtől nem vagyok fáradt, lever! A Royal balzsamot használva, újra tudom a szép cipőimet használni (nem csak a sportcipőket). Az éjszakai arckrém napra is és a szemkörnyékre is használom! Felülmúlta a drága arckrém hatását! Az illata fantasztikus, az állaga és a gyors beszívódása is számomra kiváló! Külön köszönet, hogy Margó segített a méhpempő pontos adagolásában! Mindig fontos volt számomra, hogy segítséget kapjak a termékek használatához, mert minden ember más! Hosszú idő óta a legjobb választásom a Honey Hill termékcsalád!

Köszönöm szépen!" - Judit



Én most vettem 2 hét alatt másodszor a termékekből, és nagyon boldog vagyok, hogy 3 év "figyelgetés" után rendeltem is!! Köszönöm Hegyi úr ezeket a csodákat, és hogy olyan kedves, türelmes tanácsadókkal dolgozik!! - Éva

Ha Önnek is volt bármilyen sikere, tapasztalata vagy észrevétele a méhészeti termékek alkalmazásával kapcsolatban, és még nem osztotta meg velem; megtisztelne, ha elküldené nekem a [hegyijozsef@mezgyoggyasz.hu](mailto:hegyijozsef@mezgyoggyasz.hu) e-mail címre.

## 7 tévhit az ízületek ápolásával kapcsolatban

Amikor változtatni szeretnénk egy nemkívánatos állapoton, sokszor halljuk, hogy „ehhez csak akaraterő és kitartás kell”. Ez igaz – de ha valaki téves információk alapján próbálja meg, akkor könnyen úgy érzi: mindent megtesz, mégsem javul semmi.

Pedig a legtöbben nem csodát keresnek, csak azt, hogy újra legyen könnyebb mozgás, jobb közérzet, kevesebb korlátozottság – és nyugodtabbak legyenek a mindennapok.

**Most megosztok Önnel 7 tévhitet, amelyekkel a közel 30 év szakmai tapasztalata és a sok visszajelzés alapján újra és újra találkozom – és amelyek gyakran megakadályozzák a valódi javulást:**

### 1) Tévhit: „Ha fáj, akkor csak pihentetni kell.”

Valójában pont ellenkezőleg: kímélő mozgásra - mozgásra van szükség – akár csak annyira, amennyit az adott állapot megenged. Ezzel nem rontani, hanem javítani szeretnénk a fájó terület helyzetén.



Az óvatos átmozgatás azért fontos, mert a mozgás aktiválja az anyagcserét:

- a tápanyagok és hatóanyagok gyorsabban jutnak el a megfelelő helyre, így a méhpempő, a méhméreg és más méhészeti kincsek hatása is jobban érvényesülhet,
- a pangó anyagcseretermékek pedig könnyebben kiürülhetnek a problémás, gyulladt szövetekből.

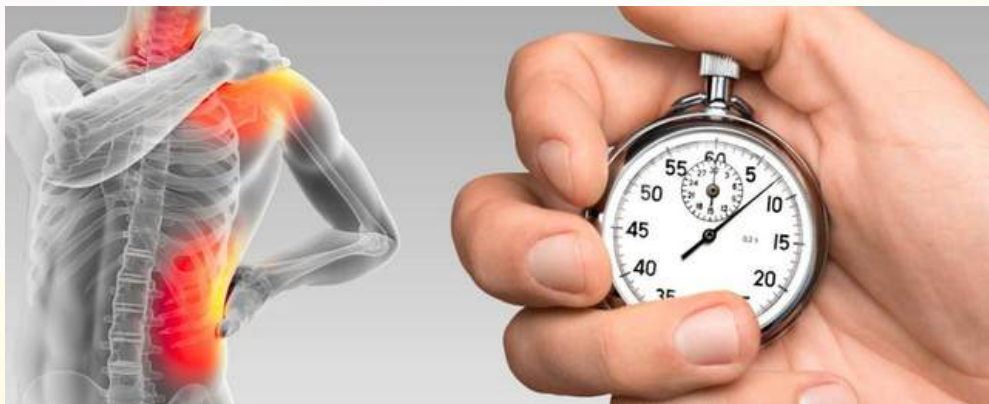
## **2) Természetes fájdalom- és gyulladáscsökkentés - Tévhit: „Mindenkinél ugyanúgy működnek a méhészeti termékek.”**

Mivel nincs két egyforma szervezet, a javulás jelei is eltérő időben jelentkezhetnek: van, akinél hamarabb, van, akinél később csökkennek a tünetek. Először is fontos, hogy ne hasonlítsuk magunkat másokhoz. Bár számos esetben fordulnak elő hasonló tapasztalatok, a szervezet regenerálódása mindenkinél más ütemben és más mértékben zajlik. A legjobb eredmény elérése személyre szabott alkalmazással történik.

## **3) Tévhit: „Tiszta méhméreg krémet kell vásárolni az ízületekre.”**

A méhméreg forgalmazása nem tiszta formában történik, mert önmagában nem késztermék, hanem egy olyan alapanyag, amelyet készítményekben, megfelelően feloldott és biztonságosan alkalmazható formában lehet csak használni. Ez a felhasználási mód megfelelő a hatása kifejtéséhez – amelyet visszajelzések sokasága is igazol.

## **4) Tévhit: „Ha nem érzem rögtön, akkor nem is működik.” „Csak beveszem / bekenem és rögtön elmúlik”**



Ahogy a probléma sem egyik napról a másikra alakult ki, úgy a javuláshoz is időt kell hagyni. A fokozatosság elve kulcsfontosságú: a szervezetnek időre van szüksége, hogy alkalmazkodjon a változásokhoz – legyen szó akár étrendről, akár természetes hatóanyagokról. Ennek az ideje egyénenként eltérő lehet.

Tapasztalataink szerint, amikor valaki következetesen végigmegy ezen az „átálláson”, nemcsak a tünetek enyhülhetnek, hanem a közérzet is javulhat – és ez az a plusz lendület, ami valódi életminőség-változást hozhat.

## 5) Tévhit: „Ez az állapot már így marad, együtt kell vele élni.”

Sokan jutnak el idáig, főleg akkor, ha nem a megfelelő módon próbálnak változtatni – például hiányos vagy félrevezető információk alapján. Ilyenkor könnyű azt érezni, hogy hiába minden erőfeszítés, nem jön a várt javulás.

Pedig a természet valódi megoldásait és a működő tapasztalatokat megismerve lehet tenni az állapot és a közérzet javításáért – fokozatosan, következetesen, a saját lehetőségekhez igazítva.

## 6) Tévhit: „Cukorbetegek nem fogyaszthatják a méhpempőt, - ami belülről támogatná az ízületeket a regenerációban és a gyulladáscsökkentésben.”

Ez a tévhit sokakat megfoszt a méhpempő értékes hatásaitól. Akik még nem ismerik, gyakran automatikusan a mézhez hasonlítják – pedig a méhpempő teljesen más: összetételében és ízében is.

A cukortartalma elenyésző, ezért cukorbetegek is fogyaszthatják. Sőt, sok esetben kifejezetten előnyös lehet, mert támogató hatással lehet a vércukorszint egyensúlyára is.



## 7) Tévhit: „Megelőzés? Az már nekem késő.”

Valójában pont ilyenkor derül ki, mennyit számít a megelőzés. Ez nem „csak a fiataloknak való divat”, hanem biztonság, ami segít megőrizni a mozgás szabadságát és a jobb közérzetet.

A megelőzés ráadásul nem egy nagy, mindent felforgató változtatás. Sokszor elég a rendszeresség és néhány követhető lépés: a méhészeti termékek személyre szabott alkalmazása, a megfelelő tápanyagok pótlása és az, hogy időben adunk támogatást a szervezetnek.

Így pedig este nyugodtabban hajthatjuk párnára a fejünket – mert tényleg tettünk azért, hogy a lehető legkevesbé kelljen attól tartanunk, hogy később mi lesz.

Tapasztalja meg Ön is! A méhek kincseinek alkalmazásához egy teljes körű, mindenre kiterjedő, személyre szabott tájékoztatással állunk rendelkezésére!



A Mozgás Öröme Egészségcsomag a méhek természet adta kincseinek egyik leghatékonyabb összeállítása, amely az ízületek és a visszeres lábak ápolását, a fájdalom csökkentését, valamint az erőnlét javítását támogatja - személyre szabott külső és belső alkalmazással.

Tavaszi összeállításainkhoz több értékes ajándékkal is kedveskedünk: különféle HoneyHill termékekkel, egyes csomagok mellé E-bookkal, díjmentes szállítással, állapotfelméréssel és szakszerű tanácsadással.

**Keresse a HoneyHill csomagjait a [honeyhill.hu](http://honeyhill.hu) webáruházban, vagy rendelje meg személyes szaktanácsadójától!**

**Köszönjük, hogy velünk tartott!**

**Ezzel a közös fotóval búcsúzunk:**



**A tavasz mindig emlékeztet bennünket arra, hogy a természet  
milyen csodákra képes.**

**Mi is ebből merítünk erőt nap mint nap, hogy minél több  
embernek adhassunk egy kis természetes törődést.**



## *Küldetésünk:*

*Termékeinkkel, tanácsadással és személyes törődéssel segíteni az embereknek abban, hogy minden szempontból teljesebb, egészségesebb és méltóbb életet élhessenek.*

Ügyfélszolgálat: **06-42/ 792-063**

**06-30/ 323-5169**

Online rendelés: **[honeyhill.hu](https://honeyhill.hu)**

Hegyi József, méhész, apiterapeuta

**[mezgyogysz.hu](https://mezgyogysz.hu)**

© 2026 Honey Hill Kft. Minden jog fenntartva.