

## Die Kochkursreihe

mit  
**Vera Gardhoff-Yalçinkaya**



### **Cooking is Play - Die Freiheit des Kochens**

Anhand von Grundprinzipien lernen wir zu spielen.

wird nach den Sommerferien 2022 fortgesetzt.

### **Aktuelle kommende Termine:**

Anfragen werden erbeten an:

[vera.gardhoff@makrobiotik-in-berlin.de](mailto:vera.gardhoff@makrobiotik-in-berlin.de)

oder telefonisch unter 030-3983 3951.

Vera beschäftigt sich seit 1988 mit Makrobiotik.

Seit 1993 ist sie Mitglied im Vorstand von Makrobiotik in Berlin e.V.

Ausbildung zur makrobiotischen Ernährungsberaterin bei Steven Acuff in 1995 in Köln

sowie Kochschule bei Karen Acuff in Karlskrona/Schweden mit Küchenpraktikum

in der Habichtswaldklinik in Kassel, Schwerpunkt Psychosomatik und Onkologie.

Sie bietet seitdem Einzelberatungen mit Diagnostik an und erstellt für Sie einen individuellen Ernährungsplan.

2005 Ausbildung zum Ernährungscoach bei der Metabolic Balance-Akademie, Isen/Allgäu

sowie im Febr. 2008 Prüfung zur medizinisch geprüften Ernährungsberaterin und

Sept. 2008 Ausbildung zur Kochkurs-Leiterin.

Herbst 2014 bis Juni 2015 hat sie im Makrobiotik Restaurant Natural'Mente in Berlin-Charlottenburg

gearbeitet, sowie in den folgenden Jahren aushilfsweise mittlerweile viele Wochen

für das Restaurant und Mittagscatering gekocht.

Von September 2015 bis Januar 2017 belieferte sie mit ihrem veganen Catering

ein Fernsehstudio in Berlin-Moabit. Im März 2020 wurde der erneute Auftrag im neuen Studio

am Alexanderplatz durch den Lockdown in Berlin beendet.