



JERKOVICS BOGLÁRKA

Vállalkozó, Mentés gasztrospecialista: séf,
oktató; életmód-, és táplálkozási tanácsadó;
Health coach; Tartalomgyártó

Média megjelenések / tevékenységek:

2019- Konyhafőnök döntő hét legjobb női versenyző

2020- Társ műsorvezető

2021-Tv Paprika - gasztro arc, műsorvezető

2021-től tanácsadó, oktató, előadó -*Mentesen egészségesen by Jerkovics Bogi*

2022-Street Kitchen gasztro arc

2023- Az év mentes séfje 2.helyezett

2023- Miss Influencer 2.helyezett

2024- Női Életmódtáborok- elvonulások

2024- Közös Álomalak Projekt kihívások

2025- Health Coach



Gasztronómia, táplálkozás; szépségápolás, egészség területen említés szerűen pár cég akikkel dolgozom/ dolgoztam:

- Wiesbauer
- Spar
- Cauvin
- Viva Natura
- Tefal
- Vitapur
- ÉlésKamra
- MamaVita
- Cewe gasztro arca
- Street Kitchen - külsős gasztro arc
- AllNutrition
- LifeLike
- egészségtudatos éttermek
- Vitaker Hungary
- alakformáló stúdiók
- Springday Health Club
- Afrodité Hotel - Dráva Hotel- H55 Hotel
- Koch Borászat
- Naturiti
- Vivoo
- Nutribullet
- Sió
- Fino Vegajo
- Kifli.hu
- Gabiyo Manufaktúra
- Mixit



az oldalaimon böngészve meg lehet találni az egyéb céges együttműködéseket

2018 ÓTA TEVÉKENYKEDEM A SZAKMÁBAN

*Ezen időszak alatt
feltűntem több neves
főzőműsorban,
főzőcsatornán is.*

Konyhafőnök, Tv Paprika



Mindig is küldetésemnek éreztem átadni azt, hogy a főzés össze hozza az embereket, de ennek lehet egy egészségtudatos módját is választani. Ami pedig nem a lemondással egyenértékű, csak egy kis gondolkodásmód váltással.

Csoportos és privát főzőtanfolyamaim, oktatásaim során az allergénektől mentes, diétába illeszthető, egészséges táplálkozást mutatom meg a résztvevőknek. Segítem a tudatos életmódváltást, ugyanis sosem lemondunk, csak reformálunk.

Mindezek mellett holisztikus táplálkozási tanácsadóként és internetes tartalomgyártóként is dolgozom.

Vallom, hogy a test és lélek csak egyben fejlődhet igazán, így édesanyámmal 2024 év eleje óta Női Életmódtáborokkal segítjük azok életét akik valós megújulást szeretnének mindennapjaikba. Oldalaimon számtalan recepttel, hasznos tanácsokkal javaslatokkal segítem az egészségesebb élet felé az arra nyitott személyeket.

Mentesen, egészségesen

BY JERKOVICS BOGI



OLDALAIM, ELÉRHETŐSÉGEIM



+36303372286



mentesenegeszsegesen@gmail.com



Mentesen, egészségesen by Jerkovics Bogi



@jerkovics_bogi



@mentesenegeszsegesen



@jerkovicsbogi



www.jerkovicsbogi.hu