






# MATTHIAS HESPE

CUINER, PROFESSOR I  
CONSELLER

 C/ Universitat de Montpel·lier, 12, 2-1, 17003 Girona  
 +34 605 98 92 19  
 [espai@cuinar-sa.es](mailto:espai@cuinar-sa.es)

## PRESENTACIÓ

---

Vaig néixer el 22.08.1969 a Göppingen, Alemanya. Actualment, soc cuiner, professor i conseller de cuina macrobiòtica i saludable amb 30 anys d'experiència. Imparteixo tallers de cuina a l'escola EspaiCuinarSa a Girona i altres locals.

## FORMACIÓ

---

**1999** Universitat de Göttingen: Institut de Geografia, Alemanya  
Diploma de geografia

**2001** Escola macrobiòtica Cuisine et Santé a Saint Gaudens, França  
Diploma 4. DAN certificat pel fundador René Lévy

## IDIOMES

---

- Alemany
- Francès
- Català
- Anglès
- Castellà

## EXPERIÈNCIA

---

### 2002 - 2009

Cap de cuina macrobiòtic en el **Centre Ecològic de Llémna (CEL)** a Granollers de Rocacorba

### 2005 - fins a l'actualitat

Col·laboració amb diversos grups de **Centre Cívics, Estació jove, aules gastronòmiques, escoles i ajuntaments** de la comarca de Girona com professor de tallers de cuina

### 2010-2016

Col·laboració amb **COS Fisioteràpia – Baobab** de Marta Jiménez a Girona

### 2013 - fins a l'actualitat

Col·laboració amb **CARITAS Girona** com professor de tallers de cuina del CDA Salt i Palafrugell en projectes com “Salut i crisi” de Dipsalut: “cuina de supervivència”, “alimentació i cuina econòmica i saludable”, “cuina d'aprofitament d'aliments” i “alimentació infantil: de 6 mesos a 11 anys”.

### 2015 - 2018

Col·laboració amb l'**Espai de l'Harmonia** a Cruïlles

Col·laboració amb l'**Associació de Fibromiàlgia Salt**

### 2015 - fins a l'actualitat

Fundació de l'**EspaiCuinarSa**, un espai de cuina saludable i macrobiòtica on formo i assessoro sobre alimentació i salut

### 2017 - fins a l'actualitat

Col·laboració amb **EUSES** Escola Universitària de la Salut i l'Esport de Salt (Girona): tallers de cuina per a alumnes de tècnic superior en dietètica

Membre del club "**Salut i Benestar**" del **Patronat de Turisme Costa Brava Girona**

### 2019 - 2022

Membre del club "**Convention Bureau**" del **Patronat de Turisme Costa Brava Girona**

### 2020 - fins a l'actualitat

**Canal de YouTube:** vídeos amb moltes receptes i informació

<https://www.youtube.com/@EspaiCuinarSaMatthiasHespe>

### 2021 - fins a l'actualitat

Col·laboració amb el centre macrobiòtic **Cuisine et Santé** (Saint Gaudens, França) com a professor de cuina macrobiòtica, impartint tallers de cuina i conferències informatives