

## GESUNDHEITSFÖRDERUNG INKLUSIVE GENUSS

**1999 wog Andreas Koller noch gut hundert Kilogramm. Heute ist der 1961 geborene Ottensheimer hundertfacher Viertel-, Halb-, Ganz-, Ultra- und Bergmarathonläufer. Der Vortragsredner, Autor, Trainer und Coach bietet als EPU und freiberuflicher Gesundheits- und Krankenpfleger Beratung im Bereich der betrieblichen und persönlichen Gesundheitsförderung. Schwerpunkte sind die Themen Ernährung, Bewegung und Schlaf.**

Gelernt hat Andreas Koller sein medizinisches Handwerk im Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern in Linz. Darüber hinaus erlangte er sportwissenschaftliche Kenntnisse an der Bundessportakademie in Linz und bei Professor Hans Holdhaus im Olympiazentrum Südstadt. Drei Jahre Traditionelle Chinesische Medizin bei Dr. Ploberger erweiterten den Horizont des leidenschaftlichen Hobbykoches und Weingenießers. Die Spezialisierung auf betriebliche und persönliche Gesundheitsförderung erfolgte in der Betriebsmedizin voestalpine in Linz. Koller war Mitbegründer und Mitgestalter des Erfolgsmodells BGF voestalpine unter Prim. Dr. Helmut Csillag. Nach über 30 Jahren dort wechselte der Gesundheitsbegeisterte mit seinem gesamten Bildungs- und Erfahrungsschatz 2013 in die Selbstständigkeit und gründete seine Firma „GESUNDHEITS.KOLLER“. Sein Angebot umfasst wesentliche Gesundheitsthemen wie Ernährung, Ausdauerbewegung, Schlaf und dessen Störung – speziell auch in Zusammenhang mit Schichtarbeit. Die Umsetzung erfolgt durch Vorträge, Seminar-Workshops, Workshop to go© und Einzelberatungen. Ziel ist die Vermittlung von Gesundheitswissen und Motivation zur Eigenverantwortung – ganz ohne erhobenen Zeigefinger.

Das Filetstück in der Angebotspalette von Andreas Koller sind übrigens die „[GESUNDHEITS.VÖGL](#)“. Dabei handelt es sich um Vortragskabarett mit Biss, gemeinsam mit dem Kabarettisten Mag. Ingo Vogl. Die Beiden kombinieren medizinisches Wissen mit viel Humor, geben Tipps für eine gesündere Zukunft und liefern einen Beipackzettel für das Leben. Enge Kooperation gibt es auch mit dem renommierten Unternehmensberater „[LOCO+MOTION](#)“ mit Sitz in St. Florian und Wien, der „[Burnout Bewusstseinschule](#)“ in Wien, dem „[Institut für Bewusstseins- und Traumforschung](#)“ in Wien, dem „[vitalturn](#)“ in Kroatien und „[The Brain Company](#)“ in Gmunden. Mit dieser entwickelte GK das Internetportal [SCHICHTFIT.COM](#). Durch die ordentliche Mitgliedschaft in den schlafmedizinischen Gesellschaften von [Österreich](#) und [Deutschland](#) ist laufend der fachspezifische, aktuelle Wissensstand gegeben. Vier, 2014 geschriebene [Booklets](#) sind im Verlag GRIN erschienen. Andreas Koller ist einer der Co-Autoren des 2015 von FOMACO verlegten Buches [Wirtschaftsfaktor Gesundheit](#).

[GESUNDHEITS.KOLLER](#) – gesunde MitarbeiterInnen – gesunde Unternehmen.