

"meinbezirk.at" gefunden am 07.01.2019 10:39 Uhr

## Zeit der guten Vorsätze

**Neujahrsvorsätze: Trumauer Ortschef Andreas Kollross erzählt, wie er 2018 eine schlechte Gewohnheit loswurde.**



*Ohne Rauch geht auch! Und sogar viel besser. Andreas Kollross genießt das "neue gesündere Leben". Foto: F. Schicker hochgeladen von Elisabeth Schmidbauer.*

TRUMAU. 60 Zigaretten am Tag, manchmal sogar noch mehr: Trumaus Bürgermeister Andreas Kollross hat vor einem Jahr das Rauchen aufgegeben.

Wie lange haben Sie geraucht?

Zum ersten Mal habe ich mich mit neun Jahren dem blauen Dunst ergeben. Ab 12 dann regelmäßig. Wenn das meine Mutter liest, bekomme ich am Sonntag nichts zu essen. (lacht).

Wie viele Zigaretten pro Tag?

Zum Schluss waren es drei Packungen am Tag. Wenn der Tag lange gedauert hat, mehr als 60.

Warum haben Sie aufgehört?

Erstens natürlich wegen meiner Gesundheit, weil ich wirklich schon teilweise Schmerzen in der Lunge hatte. Ich habe das Aufhören lange vor mir hergeschoben. Dann hat die Regierung das allgemeine Rauchverbot in der Gastronomie wieder aufgehoben. Da habe ich mir gedacht, wenn die es mir jetzt erlauben, dann gewöhne ich es mir ab.

War es schwierig?

Nur die ersten Tage. Mit jedem Tag ist es leichter geworden.

Haben Sie noch Lust?

Immer wieder. Beim Rauchen hat man immer Rituale. Die erste im Büro, oder die erste zum Kaffee und so weiter. Ich hatte das Ritual, dass ich immer nach drei Kapiteln in einem Buch, mir eine Zigarette gönnte, bevor ich weiter las. Da ertappe ich mich jetzt noch manchmal, dass ich nach dem dritten Kapitel kurzfristig das Buch weg lege, weil ich glaube jetzt eine rauchen zu gehen. Dann lese ich aber weiter.

Und haben Sie zugenommen?

Anfänglich nicht. Die letzten Monate schon. Gar nicht so sehr, weil ich jetzt mehr esse, oder Süßigkeiten in mich hineinstopfe. Es muss auch was mit dem Stoffwechsel zu tun haben. Das werde ich aber dieses Jahr angehen.

Hatten Sie einen Trick dabei?

Mein Trick war dass ich im Jänner einige Tage keine Termine hatte und mich zu Hause einsperrte. Mit jedem Tag wurde es dann leichter.

Geht es Ihnen jetzt besser?

Ja, tatsächlich. Schon bald waren die Lungenschmerzen weg. Aber auch so. Jetzt tun mir die Raucher leid, zum Beispiel im Parlament, wenn sie während der Sitzung raus laufen, um sich der Sucht hinzugeben. Da bin ich immer mitgelaufen. Geschmeckt hat das nie. Es war einzig Suchtbefriedigung.