

## PRESSETEXT „AUSRASTEN! für Anfänger“

Kaya rastet gerne mal aus. Nicht sehr oft, aber immer öfter. Liegt es an ihm, liegt es an allem anderen? Leben wir in einer Zeit, die so stressig und bekloppt ist, dass man mal ausrasten muss, um halbwegs gesund in der Birne zu bleiben? Und wenn ja, wie macht man das am besten? Warten, bis einem alles zuviel wird, und dann auswandern, burn-out oder amok?

Natürlich nicht! Mach es wie Kaya! Ausrasten, aber mit Stil, Eleganz und vor allem: Humor! Kaya regt sich ständig über alles auf: Öffentliche Toiletten, Staus, Autofahrer, Radfahrer, Fußgänger (je nachdem, wie er gerade unterwegs ist), alte Leute, junge Leute, Kinder, Babies, TV Sender, Ausländer, Inländer...

„Je älter ich werde, desto mehr merke ich, wie meine Toleranz für Bullshit immer dünner wird. Als 10jähriger freust du dich auf die große weite Welt, als 20 Jähriger hat man schon ein paar Deppen kennengelernt, als 30 Jähriger denkt man: ok, nicht alles super hier, aber man kommt klar, als 40jähriger: Oh Gott! Das kann doch so nicht weitergehen!“

„Ausrasten für Anfänger“ – 2 Stunden Lebenshilfe mit Doktor Yanar auf eine besondere Art und Weise: Witzig, Intelligent, Humorvoll, selbstironisch und zum AUSRASTEN! lustig.