

## Einsamkeit raubt Lebensfreude. Dafür haben wir was: Reden.

Wann haben Sie zum letzten Mal ein richtig schönes Telefongespräch geführt? Einfach über Alltägliches geplaudert oder Ihr Herz ausgeschüttet über Dinge, die Sie beschäftigen?

Melden Sie sich bei uns. Über 1.000 Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner freuen sich darauf, sich mit Ihnen auszutauschen.

Gegründet wurde Retla 2019 in München. Schirmherren sind Michaela May und Elmar Wepper. Elmar Wepper hat die Telefon-Engel bis zu seinem plötzlichen Tod im Oktober 2023 mit viel Herzenswärme begleitet.

»Es kann doch nicht sein, dass zunehmend mehr Menschen im Alter vereinsamen, da braucht es dringend ein Umdenken und einen aktiven Einsatz.«

**Michaela May**



»Im Gegensatz zu früher hat man heute mit Beginn des Rentenalters noch zwanzig Jahre vor sich. Darauf sollte gesellschaftspolitisch reagiert werden. Ich vermisse das.«

**Elmar Wepper**



## Über uns

Retla e.V. ist ein Förderverein, der das Leben von älteren Menschen in unserer Gesellschaft verbessern will (Retla = Alter rückwärts gelesen). Retla unterstützt und initiiert Projekte, die Senior:innen Lebensfreude schenken, und sucht nach neuen Wegen für ein solidarisches Miteinander. Damit wir diese Aufgabe erfüllen können, brauchen auch wir etwas: Ihre Unterstützung.

Weitere Informationen über Retla e.V. und unsere Projekte finden Sie unter [www.retla.org](http://www.retla.org)

### Retla e.V.

Von-der-Tann-Straße 10  
80539 München  
T +49 (0)89 189 100 26  
[info@retla.org](mailto:info@retla.org)  
[www.retla.org](http://www.retla.org)

### Spendenkonto:

Retla e.V., DE23 2003 0300 0011 2211 00  
oder online über [www.retla.org/spenden](http://www.retla.org/spenden)



Die Telefon-Engel wurden gefördert von:



In Kooperation mit:



# SCHON MAL MIT EINEM ENGEL TELEFONIERT?

Die »Telefon-Engel«  
helfen gegen  
Einsamkeit im Alter.



**RETJA**  
Lebensfreude im Alter

## Wo und wann kann ich anrufen?

Bei unserem Anmelde-Telefon:

**089 / 189 100 26**

Von Montag bis Freitag von  
9 Uhr bis 12 Uhr.

## Was passiert dann?

Sie sagen uns Ihren Namen,  
Ihre Telefonnummer und Ihre  
Postleitzahl. Wir finden dann eine  
Gesprächspartnerin oder einen  
Gesprächspartner für Sie.  
Und diese Person ruft Sie zurück.

## Wer ruft mich da an?

Das sind Freiwillige mit einem  
Herz für ältere Menschen.  
Mit ihnen können Sie über alles  
sprechen, was Sie bewegt.

## Ruft mich dann immer der gleiche Mensch an?

Ja. Wenn Sie sich gut verstehen,  
können Sie immer wieder  
miteinander telefonieren.

## Kostet das was?

Nur die ganz normalen Telefon-  
Kosten. Mehr nicht.



### Erich K.

»Mit meinem Engel kann ich  
mich über alles unterhalten, über  
Politik, Alltagsthemen, Fußball.  
Wir telefonieren regelmäßig.  
Anfangs waren wir bisschen  
vorsichtig, wir waren ja Fremde.  
Inzwischen haben wir uns gefunden,  
die Gespräche laufen flüssig  
und wir sind inzwischen Freunde  
geworden. Ich warte immer  
sehnsüchtig auf das Telefonat.«



### Irmela G.

»Meine Verwandten sind alle  
berufstätig. Auch sonst  
habe ich kaum mehr Kontakte.  
Die Telefon-Engel sind meine  
Rettung aus der Einsamkeit.«



### Brigitte S.

»Mein Telefon-Engel ist 42 Jahre  
jünger als ich. Wir verstehen  
uns bestens. Nach unseren  
Telefonaten fühle ich mich  
wieder leicht und unbefangen.«

