

# Vertaistukea juuri Sinulle



**Etelä-Karjalan Sydäntuki-toiminta** tarjoaa vertaistukea sydän- ja verisuonisairauksia sairastaville ja heidän läheisilleen.

**Vertaistuki** on rinnalla kulkemista, kokemusten vaihtamista sekä ymmärryksen jakamista toisten samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa.

Vertaistukihenkilö toimii kuuntelijana, kokemusten jakajana, tiedon välittäjänä ja rohkaisijana. Hänellä on omakohtainen kokemus valtimotautiin sairastumisesta ja hän on halukas tukemaan toisia henkilöitä, jotka ovat kohdanneet samantapaisen sairauden tai elämäntilanteen. Koulutetut vertaistukihenkilöt ovat vaitiolovelvollisia.

Vertaistukea on saatavilla puhelimitse, tapaamisissa, ryhmissä ja verkossa. Lue lisää tästä esitteestä.

# Koulutetut vertaistukihenkilöt Etelä-Karjalassa

**Koulutettujen vertaistukihenkilöiden kanssa voi keskustella luottamuksellisesti.  
Ota rohkeasti yhteyttä.**

## Imatra

Erja 65-v. **työikäiset:** (sepelvaltimotauti, pallolaajennus), s-posti: erkatin@luukku.com

Sari 52-v. **työikäiset:** (sepelvaltimotauti, pallolaajennus),  
s-posti: sariheli.korhonen@gmail.com

## Lappeenranta

Arto 72-v. (rytmihäiriöt), puh. 040 545 2447

Risto 71-v. (sepelvaltimotauti, ohitusleikkaus, pallolaajennus), puh. 040 763 2832

Leena 74-v. (sepelvaltimotauti, eteisvärinä, rytmihäiriöt, ablaatio, ohitusleikkaus),  
puh. 040 747 1702

Hannu 81-v. (tahdistin, ohitusleikkaus, diabetes), puh. 050 570 4670

Ritva 72-v. (sepelvaltimotauti, pallolaajennus), puh. 050 590 4704

Anita 75-v. (eteisvärinä, ablaatio, tahdistin), puh. 045 120 8548

Heli 64-v. (sepelvaltimotauti, ohitusleikkaus), puh. 050 413 5558

Pirkko 81-v. (rytmihäiriöt, T2 diabetes), puh. 050 67 014

Tarja 67-v. (dilatoiva kardiomyopatia, sydämen vajaatoiminta), puh. 040 354 8520

Sinikka 68-v. (sepelvaltimotauti, eteisvärinä, läppävuoto), puh. 045 352 6915

Vuokko 65-v. (dilatoiva kardiomyopatia, sydämen vajaatoiminta, tahdistin, aorttaläpän  
vuoto), puh. 040 063 8590

## Luumäki

Maj-Britt 78-v. (tahdistin), puh. 050 544 7761





Lisää vertaistukihenkilöitä löydät **Sydäneliiton vertaistukihenkilöhausta**. Samalta sivulta löytyvät myös **Facebookissa** toimivat viisi **Sydäneliiton vertaistukihenkilöiden ylläpitämää vertaistukiryhmää**:  
[www.sydan.fi/apua-ja-tukea/vertaistuki](http://www.sydan.fi/apua-ja-tukea/vertaistuki)

---

Lue lisää toiminnastamme verkkosivuiltamme:  
<https://sydan.fi/etelakarjala/sydantuki-toiminta/>

Lisätietoja tapahtumista ja kerhoista **tapahtumakalenterissa**:  
<https://sydan.fi/etelakarjala/toimintaa/tapahtumakalenteri>

Voit antaa palautetta vertaistuesta skannaamalla alla näkyvän qr-koodin 😊



## Etelä-Karjalan Sydänalue ry

Valtakatu 64  
53100 Lappeenranta  
puh. 044 311 1554  
etelakarjala@sydan.fi  
www.sydan.fi/etelakarjala  
www.facebook.com/etelakarjalansydan



toiminnanjohtaja  
Heli Heimala puh. 044 311 1553  
heli.heimala@sydan.fi

vertaistoiminta  
Salla Mielonen-Pakkanen puh. 044 311 1552  
salla.mielonen-pakkanen@sydan.fi

## Paikalliset Sydänjaostot ja -yhdistykset

### **Imatran Sydänjaosto**

Erja Kaartinen puh. 0400 757 721  
imatra@sydan.fi  
www.sydan.fi/etelakarjala/toimintaa

### **Lemin Sydänjaosto**

Anja Muukka puh. 040 040 6623  
Marja Napari puh. 050 539 5691  
lemi@sydan.fi  
www.sydan.fi/etelakarjala/toimintaa

### **Luumäen Sydänjaosto**

Anita Laapas puh. 050 494 6284  
Arja Pesari puh. 050 537 0118  
luumaki@sydan.fi  
www.sydan.fi/etelakarjala/toimintaa

### **Parikkalan Sydänjaosto**

Risto Nokelainen puh. 0500 255 450  
parikkala@sydan.fi  
www.sydan.fi/etelakarjala/toimintaa

### **Rautjärven Sydänjaosto**

Sydänalueen toimisto puh. 044 311 1554  
etelakarjala@sydan.fi  
www.sydan.fi/etelakarjala/toimintaa

### **Ruokolahden Sydänjaosto**

Sydänalueen toimisto puh. 044 311 1554  
etelakarjala@sydan.fi  
www.sydan.fi/etelakarjala/toimintaa

### **Savitaipaleen Sydänjaosto**

Airi Nikkilä puh. 050 357 8240  
Irma Vainikka Teräväinen puh. 040 840 8655  
savitaipale@sydan.fi  
www.sydan.fi/etelakarjala/toimintaa

### **Taipalsaaren Sydänjaosto**

Aure Niiva puh. 050 403 0351  
taipalsaari@sydan.fi  
www.sydan.fi/etelakarjala/toimintaa

### **Ylämaan Sydänjaosto**

Eila Peräkylä puh. 050 533 3917  
ylamaa@sydan.fi  
www.sydan.fi/etelakarjala/toimintaa

### **Joutsenon Sydänyhdistys ry**

pj. Risto Ahvonen puh. 040 763 2832  
siht. Ritva Monto puh. 050 590 4704  
joutseno@sydan.fi  
www.sydan.fi/joutseno

### **Lappeenrannan Sydänyhdistys ry**

pj. Riitta Partanen puh. 045 806 1866  
siht. Sirpa Toivonen  
lappeenranta@sydan.fi  
www.sydan.fi/lappeenranta