Mielenterveys 1, ennen leffaa

* Alkuun lasinen lapsuus
* Yleistä: powerpointit alkuosa
  + Mielenterveyden määritelmä
  + Tehdään tehtävä sisäiset, ulkoiset, suojaavat, haitalliset
* Kriisi tehtävä ryhmissä, sen läpikäynti
* Stressi, kriisit,
* syömishäiriöt, pp + <https://www.youtube.com/watch?v=KjwNu5OKge8>
* Varalla miten liikunnan ja mielialan yhteyksiä voidaan selittää?