



المجلس العربي لطفولة والتنمية
Arab Council for Childhood and Development



كل عام وأنتم بخير 2021



أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



«فلنعمل معاً من أجل عالم أكثر أمناً ورحابة للطفل في كل مكان»

صاحب السمو الملكي

الأمير عبد العزيز بن طلال بن عبد العزيز

رئيس المجلس العربي للطفولة والتنمية

ورئيس برنامج الخليج العربي للتنمية "أجفند"

خلفية التقييم

ونحن نعيش عصر الثورة الصناعية الرابعة حيث تغزو التكنولوجيا الحديثة عدداً من المجالات، أصبح من الصعب أن نجد طفلاً لا يستخدم الإنترنت وتطبيقاته، الذي أصبح جزءاً لا يتجزأ من حياته اليومية، وتشير اليونسيف في تقريرها الصادر عام ٢٠١٧ إلى أن الأطفال أقل من ١٨ سنة يشكلون نحو ثلث مستخدمي الإنترنت في العالم، وهو ما يعني أهمية تمكين أطفالنا من هذه التكنولوجيا بما يضمن الاستخدام الأمثل لها.

لا أحد يستطيع أن ينكر أن التكنولوجيا الحديثة - بما فيها الإنترنت - قد أسهمت في إشباع نهم الطفل المعرفي، واستطاعت أن تساعد في نموه اجتماعياً وإدراكياً، بل ومنحته فرصة حقيقية للتواصل ومشاركة الآخرين، والاستماع للرأي الآخر؛ الأمر الذي قد يكسبه مجموعة من القيم والمهارات، بما فيها القدرة على الحوار وحل المشكلات واتخاذ القرارات. وأن الحديث عن السلبيات يرتبط بسوء الاستخدام أو الإفراط، التي قد تمثل فعلياً أخطاراً تهدد نشأة وحياة الطفل. وانطلاقاً من هذه الرؤية، تبنى المجلس العربي للطفولة والتنمية بدعم وشراكة مع برنامج الخليج العربي للتنمية "أجفند"،

خلفية التقويم

تنفيذ مشروع تمكين الطفل العربي في عصر الثورة الصناعية الرابعة، وذلك في إطار خطته الاستراتيجية، والذي يقوم على ضرورة تمكين الطفل في عصر هذه الثورة – بفرصها ومخاطرها – في ضوء بنية مفاهيمية متكاملة ومترابطة، ووفق نسق فكري جديد، باعتبارها ثورة وعي كوني، تحت شعار "عقل جديد .. في مجتمع جديد.. في عالم جديد".

ومن هنا جاء تقويم العام ٢٠٢١ ليتناول موضوع الاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي للطفل، عبر رسائل توعوية للقائمين على الطفل خاصة الوالدين؛ بحيث نحقق الاستفادة من أدوات هذه الثورة الصناعية الرابعة، وبما ينعكس ايجاباً على نمو وتنشئة الطفل العربي.

* رسوم تقويم هذا العام للضنان: عبد الرحمن بكر.



المجلس العربي للطفولة والتنمية
Arab Council for Childhood and Development

المجلس العربي للطفولة والتنمية منظمة عربية إقليمية غير حكومية ذات شخصية اعتبارية، تعمل في مجال الطفولة برئاسة صاحب السمو الملكي الأمير عبد العزيز بن طلال بن عبد العزيز. وقد جاء تأسيس المجلس عام ١٩٨٧ بمبادرة من صاحب السمو الملكي الأمير طلال بن عبد العزيز، رحمه الله، بناءً على التوصية الصادرة من جامعة الدول العربية.
العنوان: تقاطع شارعي مكرم عبيد مع منظمة الصحة العالمية - مدينة نصر - القاهرة - جمهورية مصر العربية.
هاتف: (+202) 23492024/25/29
فاكس: (+202) 23492030
www.arabccd.org accd@arabccd.org



برنامج الخليج العربي للتنمية "أجفند"، منظمة إقليمية برئاسة صاحب السمو الملكي الأمير عبد العزيز بن طلال بن عبد العزيز، تأسس عام ١٩٨٠ بمبادرة من صاحب السمو الملكي الأمير طلال بن عبد العزيز، رحمه الله، ودعم قادة مجلس التعاون لدول الخليج العربية. وهو يتوجه باستراتيجيته إلى جذور مشكلات التنمية البشرية مستهدفاً جميع شرائح المجتمع من دون تمييز.
العنوان: ص ب 18371 الرياض 11415 المملكة العربية السعودية.
هاتف: (+9661) 4418888
فاكس: (+9661) 4412962
www.agfund.org

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي للطفولة والتنمية



برنامج الخليج العربي للتنمية - أجدف



February 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

يناير / كانون الثاني 2021م - جُمَادَى الْأُولَى / جُمَادَى الثَّانِيَةِ ١٤٤٢هـ

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31 ١٨					1 ١٧	2 ١٨
3 ١٩	4 ٢٠	5 ٢١	6 ٢٢	7 ٢٣	8 ٢٤	9 ٢٥
10 ٢٦	11 ٢٧	12 ٢٨	13 ٢٩	14 ١	15 ٢	16 ٣
17 ٤	18 ٥	19 ٦	20 ٧	21 ٨	22 ٩	23 ١٠
24 ١١	25 ١٢	26 ١٣	27 ١٤	28 ١٥	29 ١٦	30 ١٧

January 2021



مكّن طفلك من
الحصول على المعرفة
عبر الوسائل
التكنولوجية الحديثة
باعتبارها وسيلة
معززة ومثيرة
لعمليات التعليم
والتعلم.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي لطفولة والتنمية



March 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

فبراير / شباط ٢٠٢١م – جُمادى الثانية/ رجب ١٤٤٢هـ

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 ١٩	2 ٢٠	3 ٢١	4 ٢٢	5 ٢٣	6 ٢٤	7 ٢٥
8 ٢٦	9 ٢٧	10 ٢٨	11 ٢٩	12 ٣٠	13 ١	14 ٢
15 ٣	16 ٤	17 ٥	18 ٦	19 ٧	20 ٨	21 ٩
22 ١٠	23 ١١	24 ١٢	25 ١٣	26 ١٤	27 ١٥	28 ١٦

February 2021



عزز من فرص
طفلك في التعامل
الأمثل للوسائل
التكنولوجية الحديثة،
بما يُمكنه من
اكتساب مهارات
الحوار والابتكار
وحل المشكلات
ومواجهة المخاطر
والتفكير المرن.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي للطفولة والتنمية



برنامج الخليج العربي للتنمية - أجدف



مارس / آذار ٢٠٢١م – رجب / شعبان ١٤٤٢هـ

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
17	1	18	2	19	3	6
23	7	24	8	25	9	13
14	2	3	15	4	6	20
8	21	9	22	10	12	27
10	28	16	29	11	13	31
17	30	18	31	12	14	27

April 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

March 2021



مكّن طفلك من
متطلبات الثورة
الصناعية الرابعة، من
خلال تنمية دوافعه
نحو البحث والمعرفة
واكتساب قيم الحياة؛
الذكاء العاطفي، والود
والتعاطف مع
الآخرين، والعمل
الجماعي، وحل
المشكلات، والحوار.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي للطفولة والتنمية



أبريل / نيسان ٢٠٢١م – شعبان / رمضان ١٤٤٢هـ

May 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
30	31					1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
4 ٢٢	5 ٢٣	6 ٢٤	7 ٢٥	8 ٢٦	2 ٢٠	3 ٢١
11 ٢٩	12 ٣٠	13 ١	14 ٢	15 ٣	16 ٤	17 ٥
18 ٦	19 ٧	20 ٨	21 ٩	22 ١٠	23 ١١	24 ١٢
25 ١٣	26 ١٤	27 ١٥	28 ١٦	29 ١٧	30 ١٨	

April 2021



ساعد طفلك على
تخصيص وقت
لاستخدام التطبيقات
الالكترونية، ضمن
أوقات أخرى للتفاعل
الأسري وممارسة
الرياضة والهوايات.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي للطفولة والتنمية



برنامج الخليج العربي للتنمية - أجيال



June 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

مايو / أيار ٢٠٢١م - رمضان / شوال ١٤٤٢هـ

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
30 ١٨	31 ١٩					1 ١٩
2 ٢٠	3 ٢١	4 ٢٢	5 ٢٣	6 ٢٤	7 ٢٥	8 ٢٦
9 ٢٧	10 ٢٨	11 ٢٩	12 ٣٠	13 ١	14 ٢	15 ٣
16 ٤	17 ٥	18 ٦	19 ٧	20 ٨	21 ٩	22 ١٠
23 ١١	24 ١٢	25 ١٣	26 ١٤	27 ١٥	28 ١٦	29 ١٧

May 2021



اعلم أن التعلُّم
والتعليم المبكر
بالوسائل
التكنولوجية الحديثة
يسهم في تنمية
أنماط التفكير لدى
طفلك، مثل التفكير
الإبداعي والتفكير
العلمي والتفكير
الناقد.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا
ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي للطفولة والتنمية



يونية / حزيران ٢٠٢١م - شوال / ذو القعدة ١٤٤٢هـ

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
5 ٢٤	4 ٢٣	3 ٢٢	2 ٢١	1 ٢٠		
12 ٢	11 ١	10 ٢٩	9 ٢٨	8 ٢٧	7 ٢٦	6 ٢٥
19 ٩	18 ٨	17 ٧	16 ٦	15 ٥	14 ٤	13 ٣
26 ١٦	25 ١٥	24 ١٤	23 ١٣	22 ١٢	21 ١١	20 ١٠
		30 ٢٠	29 ١٩	28 ١٨	27 ١٧	

July 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

June 2021



علم طفلك عدم قبول
طلبات صداقة غير
معروفة على الإنترنت
ومواقع التواصل
الاجتماعي. وألا يقبل
إضافة إلا من
الأشخاص الذين
يعرفهم شخصياً.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي للطفولة والتنمية



يولية / تموز ٢٠٢١م – ذو القعدة / ذو الحجة ١٤٤٢ هـ



August 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
4 ٢٤	5 ٢٥	6 ٢٦	7 ٢٧	8 ٢٨	9 ٢٩	10 ٣٠
11 ١	12 ٢	13 ٣	14 ٤	15 ٥	16 ٦	17 ٧
18 ٨	19 ٩	20 ١٠	21 ١١	22 ١٢	23 ١٣	24 ١٤
25 ١٥	26 ١٦	27 ١٧	28 ١٨	29 ١٩	30 ٢٠	31 ٢١

July 2021



اشرح لطفلك أنه لا
يجب عليه مطلقاً
إعطاء بيانات
شخصية للغرباء على
الإنترنت ومواقع
التواصل الاجتماعي،
أو إتاحة الفرصة
للحصول على أي
معلومات خاصة عنه.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي للطفولة والتنمية



أغسطس / آب ٢٠٢١م - ذو الحجة ١٤٤٢هـ - محرم ١٤٤٣هـ

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 ٢٢	2 ٢٣	3 ٢٤	4 ٢٥	5 ٢٦	6 ٢٧	7 ٢٨
8 ٢٩	9 ١	10 ٢	11 ٣	12 ٤	13 ٥	14 ٦
15 ٧	16 ٨	17 ٩	18 ١٠	19 ١١	20 ١٢	21 ١٣
22 ١٤	23 ١٥	24 ١٦	25 ١٧	26 ١٨	27 ١٩	28 ٢٠
29 ٢١	30 ٢٢	31 ٢٣				

September 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

August 2021



شارك طفلك فيما
يشاهده أو يستخدمه
من ألعاب أو برامج
أو تطبيقات الكترونية
لضمان وجود جو
اجتماعي تفاعلي.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي للطفولة والتنمية



سبتمبر / أيلول ٢٠٢١م - محرم / صفر ١٤٤٣هـ

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			١ ٢٤	٢ ٢٥	٣ ٢٦	٤ ٢٧
٥ ٢٨	٦ ٢٩	٧ ٣٠	٨ ١	٩ ٢	١٠ ٣	١١ ٤
١٢ ٥	١٣ ٦	١٤ ٧	١٥ ٨	١٦ ٩	١٧ ١٠	١٨ ١١
١٩ ١٢	٢٠ ١٣	٢١ ١٤	٢٢ ١٥	٢٣ ١٦	٢٤ ١٧	٢٥ ١٨
٢٦ ١٩	٢٧ ٢٠	٢٨ ٢١	٢٩ ٢٢	٣٠ ٢٣		

October 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					١	٢
٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩
١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦
١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣
٢٤	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨	٢٩	٣٠

September 2021



لا تجعل طفلك
عرضة للتنمر أو
ممارسته على
الأخرين عبر
الإنترنت ومواقع
التواصل
الاجتماعي.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



November 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



المجلس العربي للطفولة والتنمية



أكتوبر / تشرين الأول ٢٠٢١م - صفر / ربيع الأول ١٤٤٣هـ

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31 ٢٥					1 ٢٤	2 ٢٥
3 ٢٦	4 ٢٧	5 ٢٨	6 ٢٩	7 ١	8 ٢	9 ٣
10 ٤	11 ٥	12 ٦	13 ٧	14 ٨	15 ٩	16 ١٠
17 ١١	18 ١٢	19 ١٣	20 ١٤	21 ١٥	22 ١٦	23 ١٧
24 ١٨	25 ١٩	26 ٢٠	27 ٢١	28 ٢٢	29 ٢٣	30 ٢٤

October 2021



عاون طفلك على
تصفح المواقع الهادفة
والمفيدة على شبكة
الإنترنت ومواقع
التواصل الاجتماعي،
وحاوره فيما يشاهده
أو يقرأه بما يسهم
في تنمية معرفته
ومهاراته ونضج
شخصيته.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي لطفولة والتنمية



نوفمبر / تشرين الثاني ٢٠٢١م – ربيع الأول / ربيع الثاني ١٤٤٣هـ

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1 ٢٦	2 ٢٧	3 ٢٨	4 ٢٩	5 ٣٠	6 ١
7 ٢	8 ٣	9 ٤	10 ٥	11 ٦	12 ٧	13 ٨
14 ٩	15 ١٠	16 ١١	17 ١٢	18 ١٣	19 ١٤	20 ١٥
21 ١٦	22 ١٧	23 ١٨	24 ١٩	25 ٢٠	26 ٢١	27 ٢٢
28 ٢٣	29 ٢٤	30 ٢٥				

December 2021

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



شارك طفلك فيما
يشاهده أو يقرأه
على شبكة الإنترنت
ومواقع التواصل
الاجتماعي، لتساعده
على استبعاد غير
المناسب واستخلاص
ما يفيده.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي



المجلس العربي للطفولة والتنمية



ديسمبر / كانون الأول ٢٠٢١م – ربيع الثاني / جُمَادَى الأولى ١٤٤٣هـ

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT

4	٢٩	3	٢٨	2	٢٧	1	٢٦
11	٧	10	٦	9	٥	8	٤
7	٣	6	٢	5	١	11	٧
18	١٤	17	١٣	16	١٢	15	١١
25	٢١	24	٢٠	23	١٩	22	١٨
31	٢٧	30	٢٦	29	٢٥	28	٢٤
		27	٢٣	26	٢٢	27	٢٣

January 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

December 2021



اشرح لطفلك أهمية
التعبير عن نفسه
بشكل جيد ولائق عبر
الإنترنت ومواقع
التواصل الاجتماعي،
والتفكير قبل النشر
حتى يحافظ على
سمعته وصورته، ولا
يتم استغلاله من قبل
الأخرين.

أطفالنا والاستخدام الأمثل للتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي

January 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
30	31				1	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

February 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

March 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

April 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

May 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

June 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

July 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

August 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

September 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

October 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
30	31					1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

November 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

December 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	
					1	2	3
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	