



**Styczeń 2021**

28	29	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	30	31

**Luty 2021**

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

**Marzec 2021**

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	1	2	3	4

**Kwiecień 2021**

29	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	30	1	2



**Grudzień 2021**

29	30	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	1	2



**Listopad 2021**

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	1	2	3	4	5

# KALENDARZ 2021

## Gra o życie



**Maj 2021**

26	27	28	29	30	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	1	2	3	4	5	6



**Czerwiec 2021**

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	1	2	3	4



**Październik 2021**

27	28	29	30	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

**Wrzesień 2021**

30	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	1	2	3	4

**Sierpień 2021**

26	27	28	29	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
30	31	1	2	3	4	5

**Lipiec 2021**

26	27	28	29	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
30	31	1	2	3	4	5



Powiedz mi ciekawostkę,  
a ja Ci przyniosę kostkę.

**ZDROWIE PSYCHICZNE**

jest tak samo ważne jak to fizyczne.



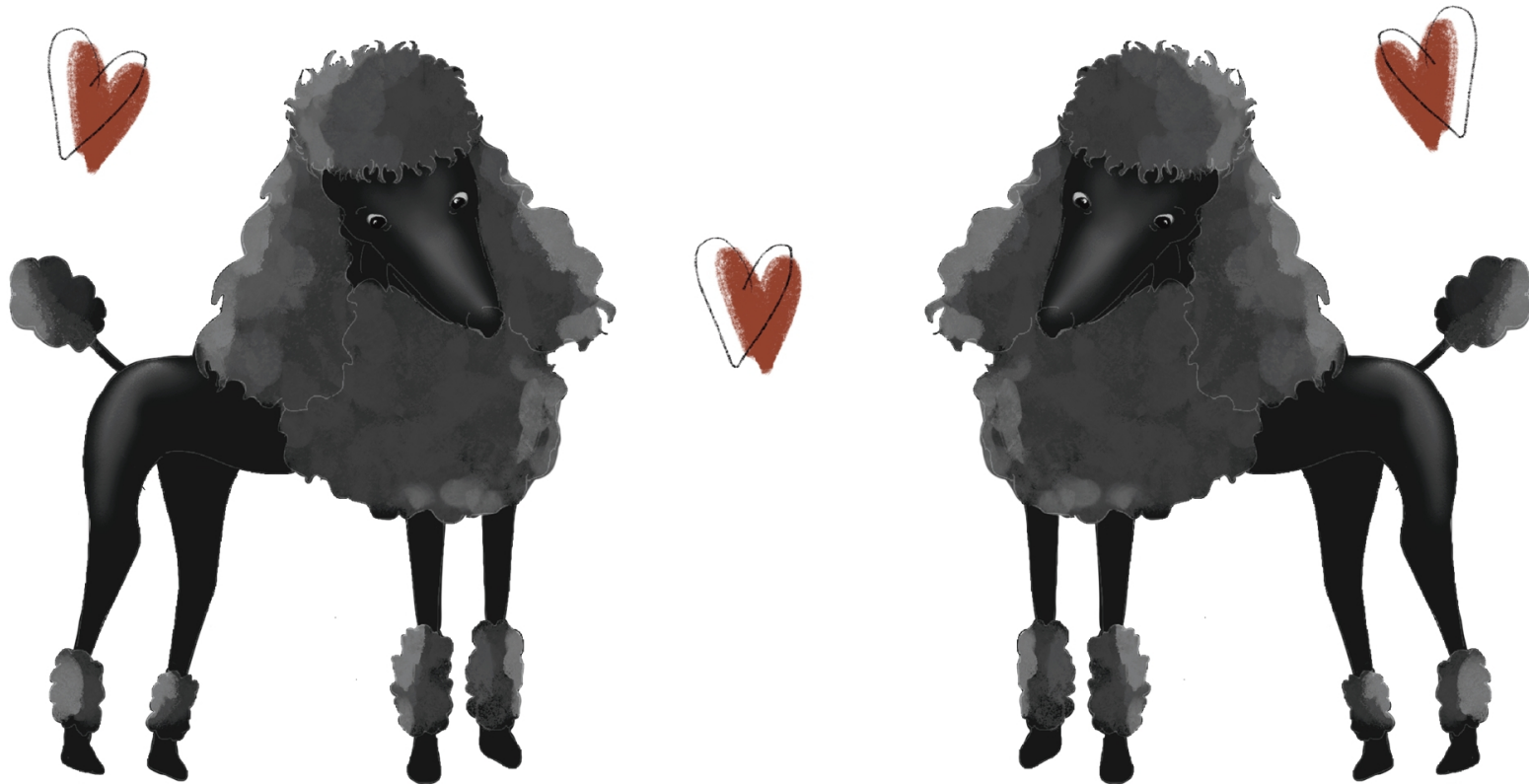
# Styczeń 2021

Luty 2021

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
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

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
28	29	30	31	<b>1</b> Nowy Rok	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b> Trzech Króli (Objawienie Pańskie)	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b> Dzień Babci	<b>22</b> Dzień Dziadka	<b>23</b>	<b>24</b>
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>

Najwięcej wspaniałości  
**JEST W TWOJEJ OBECNOŚCI.**



# Luty 2021

Marzec 2021

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
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	1	2	3	4

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
1	2 Ofiarowanie Pańskie (Matki Boskiej Gromniczej)	3	4	5	6	7
8	9	10	11 Tłusty czwartek	12	13 Ostatnia sobota karnawału	14 Dzień Zakochanych (Walentynki)
15	16 Ostatki	17 Popielec	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28





# Marzec 2021

Kwiecień 2021

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
29	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	30	1	2

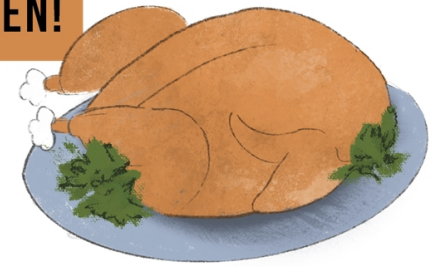
Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
1 Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych	2	3	4	5	6	7
8 Międzynarodowy Dzień Kobiet	9	10 Dzień Mężczyzn	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20 Początek astronomicznej wiosny	21
22	23	24	25	26	27	28 Zmiana czasu z zimowego na letni, Niedziela Palmowa
29	30	31	1 Prima Aprilis, Wielki Czwartek	2 Wielki Piątek	3 Wielka Sobota	4 Wielkanoc



Zalecenia do wdrożenia:

Wiele pożytecznych scen

**DOBRE JEDZENIE, SPACER I SEN!**



# Kwiecień 2021

Maj 2021

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
26	27	28	29	30	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	1	2	3	4	5	6

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
29	30	31	1 Prima Aprilis, Wielki Czwartek	2 Wielki Piątek	3 Wielka Sobota	4 Wielkanoc
5 Poniedziałek Wielkanocny	6	7	8	9	10	11 Święto Bożego Miłosierdzia
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22 Międzynarodowy Dzień Ziemi	23	24	25
26	27	28	29	30	1 Międzynarodowe Święto Pracy	2 Dzień Flagi Rzeczypospolitej Polskiej



Co to znaczy, że wiara czyni cuda?  
 A no to, że jak spróbujesz,  
**TO JEST SZANSA, ŻE SIĘ UDA.**

# Maj 2021

Czerwiec 2021

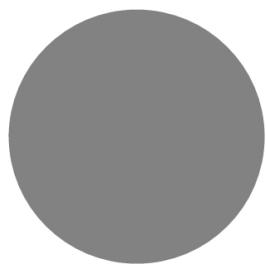
Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
26	27	28	29	30	<b>1</b> Międzynarodowe Święto Pracy	<b>2</b> Dzień Flagi Rzeczypospolitej Polskiej
<b>3</b> Święto Konstytucji 3 Maja	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	<b>16</b> Wniebowstąpienie
17	18	19	20	21	22	<b>23</b> Zesłanie Ducha Świętego (Zielone Świątki)
24	25	<b>26</b> Dzień Matki	27	28	29	30
31	1 Międzynarodowy Dzień Dziecka	2	3 Boże Ciało	4	5	6





Niech mi specjalista powie,  
**CO TE MYŚLI ROBIĄ W GŁOWIE...**



# Czerwiec 2021

Lipiec 2021

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
28	29	30	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	1

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
31	1 Międzynarodowy Dzień Dziecka	2	3 Boże Ciało	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21 Pierwszy Dzień Lata - najdłuższy dzień roku	22	23 Dzień Ojca	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4



*Czas służy* przemysłeniom  
**I STAWIANIA CZOŁA CIENIOM.**

# Lipiec 2021

Sierpień 2021

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
26	27	28	29	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
30	31	1	2	3	4	5

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
28	29	30	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	1 Narodowy Dzień Pamięci Powstania Warszawskiego





# Sierpień 2021

Wrzesień 2021

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
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	30	1	2	3

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
26	27	28	29	30	31	<b>1</b> Narodowy Dzień Pamięci Powstania Warszawskiego
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	<b>15</b> Święto Wojska Polskiego, Wniebowzięcie Najświętszej Maryi Panny
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	<b>31</b> Dzień Solidarności i Wolności	1	2	3	4	5



*A co jeśli się nie uda ?*

Chociaż możesz trafić na niziny,

**WYŻYNY, KOTLINY, SZCZELINY**

*Idź dalej. Spróbuj, a będą cuda.*

# Wrzesień 2021

Październik 2021

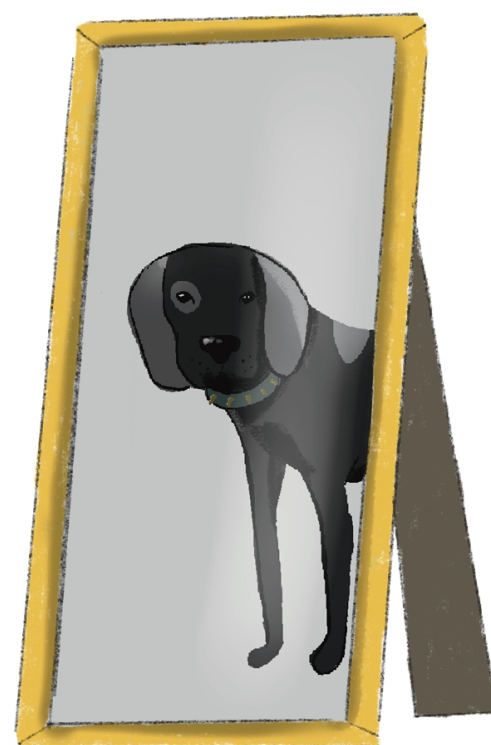
Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
30	31 Dzień Solidarności i Wolności	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22 Początek Astronomicznej Jesieni	23	24	25	26
27	28	29	30 Dzień Chłopaka	1	2	3



*Lustro, lustro powiedz przecie,*  
**KTO CIĘ NAJLEPIEJ ZNA NA ŚWIECIE ?**

No przecież, **że ja !**



# Październik 2021

Listopad 2021

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
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	1	2	3	4	5

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
27	28	29	30 Dzień Chłopaka	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14 Dzień Nauczyciela (Dzień Edukacji Narodowej)	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31 Zmiana czasu z letniego na zimowy



*Ciemno, zimno i ponuro,  
więc do łapki biorę pióro.  
**SZUKAM SWYCH TALENTÓW**  
bez sentymentów.*

# Listopad 2021

Grudzień 2021

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
29	30	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	1	2

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
<b>1</b> Wszystkich Świętych	<b>2</b> Dzień zaduszny	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b> Narodowe święto Niepodległości	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
<b>29</b> Andrzejki (w nocy z 29 na 30)	<b>30</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b> Barbórka (Dzień Górnika, Naftowca i Gazownika)	<b>5</b>



*Siła w nas nie idzie w las*

**BO TO JEST** świąteczny czas

# Grudzień 2021

Styczeń 2022

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	N
27	28	29	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	30
31	1	2	3	4	5	6

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
29 Andrzejkę (w nocy z 29 na 30)	30	1	2	3	4 Barbórka (Dzień Górnika, Naftowca i Gazownika)	5
6 Dzień św. Mikołaja	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 Początek astronomicznej zimy - najkrótszy dzień roku	22	23	24 Wigilia Bożego Narodzenia	25 Boże Narodzenie (pierwszy dzień)	26 Boże Narodzenie (drugi dzień)
27	28	29	30	31 Sylwester	1	2



<https://www.kalendarzswiat.pl/>



**UMCS**  
WYDZIAŁ PEDAGOGIKI I PSYCHOLOGII



**ARCHAEGRAPH**  
Wydawnictwo Naukowe

Niniejszy kalendarz jest pierwszym elementem z serii „Gra o życie”  
- akcji profilaktycznej skierowanej do wszystkich osób,  
którym z różnych względów bliska jest problematyka zdrowia psychicznego.  
Szczególną dedykację kieruję do osób wrażliwych,  
zwłaszcza będących w kryzysie suicydalnym:  
Warto dbać i walczyć o siebie oraz własne życie!

Składam podziękowania osobom,  
bez których ten kalendarz by nie powstał  
oraz partnerom serii „Gra o życie”.

Kontakt do Koordynatora projektu:  
[stradomskamarlena@onet.pl](mailto:stradomskamarlena@onet.pl)

**Marlena Stradomska**  
Koordynacja projektu  
"Gra o życie"

**Ilona Golec**  
Ilustracje

**Wiktoria Kwiecień**  
Pomysłodawca kalendarza,  
skład, wizualizacja graficzna