



**Abiertos y gratuitos, dirigidos a embarazadas,  
mamás lactantes y cualquier persona interesada.**

Accede a través de [mamare.es](https://mamare.es)

Suscribiéndote a nuestro  
Telegram recibirás  
toda la información.  
<https://t.me/mamarecastello>

Horario: **Lunes** 17.30h - 19.30h **Viernes** 10.00h - 12.00h (2º y 4º viernes de mes)

**\*JULIO Y SEPTIEMBRE:** grupos presenciales horario matinal de 10 a 12h

ONLINE	CASTELLÓN	ALMAZORA	
			1 No hay grupo. VACACIONES DE NAVIDAD.
	X		8 Grupo de lactancia.
	X		12 Grupo de lactancia.
	X		15 Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.
	X		22 Alimentación, uso de medicamentos y otras atenciones de la madre durante la lactancia.
	X		26 Grupo de lactancia.
	X		29 Alimentación complementaria. "Del pit al plat" (Lupe Palau. Pediatra).
-----			
	X		5 Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
	X		9 Grupo de lactancia.
	X		12 Grupo de lactancia.
	X		19 Disfruta tu lactancia sin mitos ni tabúes.
	X		23 Grupo de lactancia.
	X		26 Grupo de lactancia.
-----			
			4 No hay grupo. FIESTAS DE LA MAGDALENA.
	X		8 Grupo de lactancia.
	X		11 Cómo compatibilizar la vuelta al trabajo remunerado y la lactancia materna. Protección laboral.
			18 No hay grupo. Puente San José.
	X		22 Adaptación a la maternidad. (Altea y Shaddai Sellés. Psicólogas).
	X		25 Grupo de lactancia.
-----			
			1 No hay grupo. VACACIONES DE PASCUA.
	X		8 Salud bucodental del/de la bebé y niño/a lactante.
	X		12 Grupo de lactancia.
	X		15 Grupo de lactancia.
	X		22 Lactancia no interrumpida y en situaciones diversas: embarazo, tándem, gemelos.
	X		26 Grupo de lactancia.
	X		29 Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.
-----			
	X		6 Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
	X		10 Grupo de lactancia.
	X		13 Grupo de lactancia.
	X		20 Hablemos de destete.
			24 No hay grupo. FESTIVO LOCAL.
	X		27 Alimentación complementaria. "Del pit al plat" (Lupe Palau. Pediatra).
-----			
	X		3 Grupo de lactancia.
	X		10 Sexualidad y lactancia.
	X		14 Grupo de lactancia.
	X		17 Cómo compatibilizar la vuelta al trabajo remunerado y la lactancia materna. Protección laboral.
			24 No hay grupo online. FESTIVO COMUNIDAD VALENCIANA.
	X		28 Grupo de lactancia.
-----			
	X		1 Grupo de lactancia.
	X		8 Alimentación, uso de medicamentos y otras atenciones de la madre durante la lactancia.
	X		12 Grupo de lactancia.
	X		15 Grupo de lactancia.
	X		22 Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.
	X		26 Grupo de lactancia.
	X		29 Emociones, vínculo y lactancia. (Mariola Agulleiro. Psicóloga).
-----			
			No hay grupos. VACACIONES DE VERANO.
-----			
	X		2 Grupo de lactancia.
	X		9 Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
	X		13 Grupo de lactancia.
	X		16 Grupo de lactancia.
	X		23 Disfruta tu lactancia sin mitos ni tabúes.
	X		27 Adaptación a la maternidad. (Altea y Shaddai Sellés. Psicólogas).
	X		30 Alimentación complementaria. "Del pit al plat" (Lupe Palau. Pediatra).
-----			
	X		7 Salud bucodental del/de la bebé y niño/a lactante.
	X		11 Grupo de lactancia.
	X		14 Lactancia no interrumpida y en situaciones diversas: embarazo, tándem, gemelos.
	X		21 Grupo de lactancia.
	X		25 Grupo de lactancia.
	X		28 Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.
-----			
	X		4 Cómo compatibilizar la vuelta al trabajo remunerado y la lactancia materna. Protección laboral.
	X		8 Grupo de lactancia.
	X		11 Grupo de lactancia.
	X		18 Hablemos de destete.
	X		22 Grupo de lactancia.
	X		25 Grupo de lactancia.
-----			
	X		2 Sexualidad y lactancia.
	X		9 Grupo de lactancia.
	X		13 Grupo de lactancia.
	X		16 Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
	X		23 Grupo de lactancia.
			27 No hay grupo. VACACIONES NAVIDAD.
			30 No hay grupo. VACACIONES NAVIDAD.