



Grupos y talleres de información y apoyo a la lactancia.

Programación 2026

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



Accede
a través de
mamare.es

ONLINE

CENTRO DE SALUD GRAN VIA

CENTRO DE SALUD PIO XII

CASTELLÓN

ALMAZORA

Horario: Lunes 17:30h - 19:30h Viernes 10:00h - 12:00h (2º y 4º viernes de mes)

*JULIO Y SEPTIEMBRE grupos presenciales: horario de mañana de 11h a 13h

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



Mes	Día	Lugar		Actividad
		CASTELLÓN	ALMAZORA	
Enero	5			No hay grupo. VACACIONES DE NAVIDAD.
	9	X		Grupo de lactancia.
	12	X		Descanso, alimentación y otras necesidades de la madre durante la lactancia.
	19	X		Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.
	23	X		Grupo de lactancia.
	26	X		Alimentación complementaria. "Del pit al plat" (Lupe Palau. Pediatra).
Febrero	2			Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
	9	X		Hablemos de destete.
	13	X	X	Grupo de lactancia.
	16	X		Cómo abordar las dificultades en la producción y las crisis de lactancia.
	23	X		Grupo de lactancia.
	27		X	Grupo de lactancia.
Marzo	2	X		Grupo de Lactancia.
	9			No hay grupo. FIESTAS DE LA MAGDALENA.
	13		X	Grupo de lactancia.
	16	X		Cómo compatibilizar la vuelta al trabajo remunerado con la lactancia materna. Protección laboral.
	23	X		Lactancia y sueño.
	27		X	Grupo de lactancia.
	30	X		Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.
Abril	6			No hay grupo. VACACIONES DE PASCUA.
	10	X		Grupo de lactancia.
	13	X		Lactancia en niños y niñas grandes y en situaciones diversas: embarazo, tandem, gemelos.
	20	X		"Quiero dar pecho". Claves que facilitan la lactancia.
	24	X		Grupo de lactancia.
	27	X		Emociones, postparto y lactancia. (Mariola Agulleiro. Psicóloga clínica).
Mayo	4	X		Grupo de lactancia.
	8		X	Grupo de lactancia.
	11	X		Extracción y conservación de la lleche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
	18	X		Grupo de lactancia.
	22			No hay grup. FESTIVO LOCAL.
	25	X		Alimentación complementaria. "Del pit al plat" (Lupe Palau. Pediatra).
Junio	1	X		Grupo de lactancia.
	8	X		Cómo abordar las dificultades en la producción y las crisis de lactancia.
	12		X	Grupo de lactancia.
	15	X		Hablemos de destete.
	22	X		Cómo compatibilizar la vuelta al trabajo remunerado y la lactancia materna. Protección laboral.
	26		X	Grupo de lactancia.
	29	X		Grupo de lactancia.
*Julio	6			Postparto y adaptación a la maternidad. Altea y Shaddai Sellés. Psicólogas.
	10	X		Grupo de lactancia.
	13		X	Descanso, alimentación y otras necesidades de la madre durante la lactancia
	20		X	Grupo de lactancia.
	24		X	Grupo de lactancia.
	27	X		Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.
Agosto	6			No hay grupos presenciales. CONSULTAR FECHAS DE GRUPOS ONLINE.
*Septiembre	7	X		Grupo de lactancia.
	11		X	Postparto y adaptación a la maternidad. Altea y Shaddai Sellés. Psicólogas
	14	X		Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
	21		X	Como abordar las dificultades en la producción y las crisis de lactancia.
	25		X	Grupo de lactancia.
	28	X		Alimentación complementaria. "Del pit al plat" (Lupe Palau. Pediatra)
Octubre	5	X		Lactancia y sueño.
	9			No hay grupo. Festivo.
	12			No hay grupo. Festivo.
	19		X	Grupo de lactancia.
	23		X	Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.
	26	X		Lactancia en niños y niñas mayores, y en situaciones diversas: embarazo, tandem, gemelos.
Noviembre	2			Cómo compatibilizar la vuelta al trabajo remunerado y la lactancia materna. Protección laboral.
	9			Grupo de lactancia.
	13		X	Grupo de lactancia.
	16		X	Hablemos de destete.
	23		X	Grupo de lactancia.
	27		X	Grupo de lactancia.
	30	X		"Quiero dar pecho". Claves que facilitan la lactancia".
Diciembre	7			No hay grupo. Puente entre festivos.
	11		X	Grupo de lactancia.
	14		X	Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
	21	X		Grupo de lactancia.
	25			No hay grupo. VACACIONES DE NAVIDAD.
	28			No hay grupo. VACACIONES DE NAVIDAD.

