



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

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



Enero

5
9
12
19
23
26

x
x
x
x
x

No hay grupo. VACACIONES DE NAVIDAD.
Grupo de lactancia.
Descanso, alimentación y otras necesidades de la madre durante la lactancia.
Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.
Grupo de lactancia.

Alimentación complementaria. “Del pit al plat” (Lupe Palau. Pediatra).

Febrero

2
9
13
16
23
27

x
x
x
x
x
x

Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
Hablemos de destete.
Grupo de lactancia.
Cómo abordar las dificultades en la producción y las crisis de lactancia.
Grupo de lactancia.
Grupo de lactancia.

Marzo

2
9
13
16
23
27
30

x
x
x
x
x
x

Grupo de Lactancia.
No hay grupo. FIESTAS DE LA MAGDALENA.
Grupo de lactancia.
Cómo compatibilizar la vuelta al trabajo remunerado con la lactancia materna. Protección laboral.
Lactancia y sueño.
Grupo de lactancia.
Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.

Abril

6
10
13
20
24
27

x
x
x
x
x

No hay grupo. VACACIONES DE PASCUA.
Grupo de lactancia.
Lactancia en niños y niñas grandes y en situaciones diversas: embarazo, tándem, gemelos.
“Quiero dar pecho”. Claves que facilitan la lactancia.
Grupo de lactancia.
Emociones, postparto y lactancia. (Mariola Agulleiro. Psicóloga clínica).

Mayo

4
8
11
18
22
25

x
x
x
x
x

Grupo de lactancia.
Grupo de lactancia.
Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
Grupo de lactancia.
No hay grup. FESTIVO LOCAL.
Alimentación complementaria. “Del pit al plat” (Lupe Palau. Pediatra).

Junio

1
8
12
15
22
26
29

x
x
x
x
x
x

Grupo de lactancia.
Cómo abordar las dificultades en la producción y las crisis de lactancia.
Grupo de lactancia.
Hablemos de destete.
Cómo compatibilizar la vuelta al trabajo remunerado y la lactancia materna. Protección laboral.
Grupo de lactancia.
Grupo de lactancia.

*Julio

Grupos presenciales horario matinal

6
10
13
20
24
27

x
x
x
x
x

Postparto y adaptación a la maternidad. Altea y Shaddai Sellés. Psicólogas.
Grupo de lactancia.
Descanso, alimentación y otras necesidades de la madre durante la lactancia
Grupo de lactancia.
Grupo de lactancia.
Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.

Agosto

No hay grupos presenciales. CONSULTAR FECHAS DE GRUPOS ONLINE.

*Septiembre

Grupos presenciales horario matinal

7
11
14
21
25
28

x
x
x
x
x

Grupo de lactancia.
Postparto y adaptación a la maternidad. Altea y Shaddai Sellés. Psicólogas
Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
Como abordar las dificultades en la producción y las crisis de lactancia.
Grupo de lactancia.
Alimentación complementaria. “Del pit al plat” (Lupe Palau. Pediatra)

Octubre

5
9
12
19
23
26

x
x
x
x
x

Lactancia y sueño.
No hay grupo. Festivo.
No hay grupo. Festivo.
Grupo de lactancia.
Información básica sobre lactancia. Agarre y posturas.
Lactancia en niños y niñas mayores, y en situaciones diversas: embarazo, tándem, gemelos.

Noviembre

2
9
13
16
23
27
30

x
x
x
x
x
x

Cómo compatibilizar la vuelta al trabajo remunerado y la lactancia materna. Protección laboral.
Grupo de lactancia.
Grupo de lactancia.
Hablemos de destete.
Grupo de lactancia.
Grupo de lactancia.
“Quiero dar pecho”. Claves que facilitan la lactancia”.

Diciembre

7
11
14
21
25
28

x
x
x
x

No hay grupo. Puente entre festivos.
Grupo de lactancia.
Extracción y conservación de la leche materna. La vuelta al trabajo remunerado.
Grupo de lactancia.
No hay grupo. VACACIONES DE NAVIDAD.
No hay grupo. VACACIONES DE NAVIDAD.



Más información en mamare.es | mamarecastello@gmail.com
Teléfono de consulta sobre lactancia materna: 679 050 179