

Menstrual Health After Pregnancy



Join us for a workshop on menstrual health after pregnancy presented by Planned Parenthood. This workshop will cover what to expect as your menstrual cycle returns, how postpartum changes can affect your periods, and tips for managing your physical and emotional well-being. Whether you're a new parent or planning ahead this workshop offers a safe space for open discussion.

May 19th 2:00pm - 3:00pm

Community Affairs and Resource Center (CARC)
85 South Street Freehold, NJ 07728

For more information:
Ashley at 609-690-0557 English
Paola at 609-690-0563 Spanish

Salud Menstrual Después del Embarazo



Acompáñenos a un taller sobre salud menstrual después del embarazo, presentado por Planned Parenthood. Este taller abordará qué esperar con el regreso de su ciclo menstrual, cómo los cambios posparto pueden afectar sus periodos y consejos para gestionar su bienestar físico y emocional. Tanto si es madre primeriza como si está planeando con anticipación, este taller ofrece un espacio seguro para una conversación abierta.

19 de mayo 2:00PM - 3:00PM

Community Affairs and Resource Center (CARC)

85 South Street Freehold, NJ 07728

Para más información:
Ashley al 609-690-0557 Inglés
Paola al 609-690-0563 Español