

JOIN US FOR

Menstrual Cups 101

A Beginner's Guide to Menstrual Cups

What menstrual cups are, how they work, insertion and removal tips, cleaning, and why so many are making the switch.

Friday, August 22, 2025

11am-12pm

Whittier Wellness Community

7643 S. Painter Ave. Whittier, CA 90602

**FREE
MENSTRUAL
CUPS!**

ÚNASE A NOSOTROS PARA

Copas Menstruales 101

Guía para principiantes sobre las copas menstruales

Qué son las copas menstruales, cómo funcionan, consejos para insertarlas y extraerlas, limpieza y por que tantas personas estan haciendo el cambio!

Viernes 22 de agosto de 2025

11am-12pm

Whittier Wellness Community

7643 S. Painter Ave. Whittier, CA 90602

**¡COPAS
MENSTRUALES
GRATIS!**