

# All the woMEN from Venus

What if the menopause experiences were designed by us?

*Wat als de menopauze door ons zelf ontworpen zou zijn?*

**Hosted by:** Ruixuan Zhang

## Project Information (EN)

### Menopause: Time to Talk

Menopause is one of life's big milestones, a transition that brings with it physical, emotional, and social changes. Even though it touches everyone in some way, directly or indirectly, menopause is still far too often left in the shadows: underdiscussed, underresearched, and misunderstood.

This TU Delft design research project, in collaboration with Erasmus MC, Hogeschool Leiden, and the Health Coach Program, sets out to change that. The mission? To reimagine the menopausal experience for women in the Netherlands through interventions that ripple across different social circles.

### Ripples of Change

The first circle is the closest one: home. Here, we design ways to spark conversations within families, making sure partners and children, especially men, are part of the dialogue.

The second circle expands to organisations and healthcare. The focus here is on the crucial first step: how women and their GPs talk about menopause. We explore how this interaction can feel more open, supportive, and effective.

The outermost circle looks at society at large. This is where cultural perceptions come in, challenging stigma, reshaping narratives around aging and beauty, and encouraging better understanding across genders.

### A Future Without Silence

So, imagine a future where menopause is no longer a taboo but a shared, well-understood experience. This project invites you to step into that future, follow the journey across these circles, and discover how small interventions can create big change, making menopause an understood, supported and accepted experience.

## Projectinformatie (NL)

### Menopauze: tijd om te praten

De menopauze is een van de grote mijlpalen in het leven, een overgang die fysieke, emotionele en sociale veranderingen met zich meebrengt. Hoewel iedereen er op de een of andere manier, direct of indirect, mee te maken krijgt, blijft de menopauze nog steeds veel te vaak in de schaduw staan: er wordt te weinig over gesproken, er is te weinig onderzoek naar gedaan en er bestaan veel misverstanden over.

Dit ontwerponderzoeksproject van de TU Delft, in samenwerking met het Erasmus MC, Hogeschool Leiden en het Health Coach Program, wil daar verandering in brengen. De missie? De menopauze-ervaring voor vrouwen in Nederland opnieuw vormgeven door middel van interventies die doorwerken in verschillende sociale kringen.

### Rimpelingen van verandering

De eerste cirkel is de dichtstbijzijnde: thuis. Hier bedenken we manieren om gesprekken binnen gezinnen op gang te brengen, waarbij we ervoor zorgen dat partners en kinderen, vooral mannen, deel uitmaken van de dialoog.

De tweede cirkel breidt zich uit naar organisaties en de gezondheidszorg. Hier ligt de focus op de cruciale eerste stap: hoe vrouwen en hun huisartsen over de menopauze praten. We onderzoeken hoe deze interactie opener, ondersteunender en effectiever kan worden.

### Een toekomst zonder stilte

Stel je dus een toekomst voor waarin de menopauze niet langer een taboe is, maar een gedeelde, goed begrepen ervaring. Dit project nodigt je uit om die toekomst binnen te stappen, de reis door deze cirkels te volgen en te ontdekken hoe kleine ingrepen grote veranderingen teweeg kunnen brengen, waardoor de menopauze een begrepen, ondersteunde en geaccepteerde ervaring wor

## Image List

Filename	Caption	Credit
ddw1_1757381375.png	The modern Menopausal Experiences	Made by Sarah Duister

The images above are included in the ZIP under `/images`.