

**‘HOI.  
IK MAIL  
NIET MEER.  
DOEI!’**

**COSMO TRIED  
AND TESTED**

# Cosmo's Wendy heeft een gecompliceerde haat-liefdeverhouding met haar mailbox: leuk al die informatie, maar waarom zo véél?! Rigoureuze oplossing: stoppen met mailen. Een verslag uit *no mail's land*...

Mijn mailbox en ik zijn onafscheidelijk. Werken voor Cosmopolitan gaat namelijk 24/7 door: mailtjes arriveren wanneer ze daar zin in hebben. En omdat ik géén zin heb in een volle inbox, lees ik ze altijd zo snel mogelijk. Daarom val ik pas in slaap nadat ik m'n mail nog één keer heb gecheckt, en grijp ik zodra ik wakker word direct mijn telefoon om de schade van de nacht vast te stellen. Zelfs als ik op vakantie ga, plan ik dagelijks een mailhalfuurtje in. Anders moet ik zo veel bijwerken als ik weer terug ben. Ik ontvang elke dag ladingen e-mails. Grofweg vallen die onder te verdelen in vier categorieën:

- 1 Mega Super Onwijs Belangrijk. Omygod, ik MOET NU DIRECT terugmailen, anders vergaat de wereld.
- 2 Misschien wel leuk voor Cosmo. Ik sla de info op in een submapje in m'n mailbox. Wellicht kan ik er een stukje over schrijven.
- 3 Wat-voor-onzin-mail-je-me-nou? Nee, ik wil niet naar Kabouter Spillebeen De Musical, wat denk je zelf?! Delete.
- 4 GGG (Gewoon Gezellig Gmail). Lees: collega's die me kattenplaatjes sturen. Want ik ga hard op kattenplaatjes.

Kortom: mijn mailbox en ik hebben een vrij diverse en nogal intense relatie. Totdat ik een YouTube-filmpje van Kim Spinder op TEDxNijmegen zag. Zij pleit daarin voor een leven zonder e-mail. Mailen kost namelijk ontzettend veel tijd – en werken kan eenvoudigweg efficiënter en optimaler als je stopt met mails sturen, ontvangen en meelezen. Spinder roept iedereen op om te stoppen met mailen, en ik besluit de uitdaging aan te gaan. Eén week lang gaat mijn *out of*

*office* aan, met daarin de mededeling: 'Hoi. Ik lees deze week mijn mail niet, en ik gooi volgende week alle mail die ik heb ontvangen in één keer weg. Als het dringend is, kun je me bellen. Of langskomen. Doei.' En dit is wat er gebeurde...

## MAANDAG

Het woord van de dag is 'F\*ck!' In praktijk blijkt het namelijk nogal lastig te zijn om je mailbox met rust te laten. Puur uit gewoonte open ik mijn Outlook gedurende de ochtend minstens vijftien keer. Per ongeluk, *I swear!* Ik zie er mailtjes tussen staan waarvan ik denk: zal ik stiekem toch even kijken...? Maar ik weet mezelf te bedwingen. Met moeite.

Daarna beginnen de omwegconstructies. Ik vraag aan tekststagiaire Lotte een aantal adressen. Normaal gesproken mailt ze me die, nu zet ze het document op een computerserver waar we allebei bij kunnen. Ik lees een nieuwtje op een website dat me ook interessant voor Cosmopolitan.nl lijkt. Normaal mail ik zo'n link naar onze online redactie, nu moet ik via de telefoon uitleggen waar het nieuws te vinden is. En hoe ga ik nu mijn maandelijkse Excel-sheet met Allerlei Belangrijke Informatie bij redactieassistente Gadija krijgen? Het vergt nogal wat creatieve oplossingen, maar het lukt uiteindelijk allemaal wel.

Tussenstand einde dag: 81 nieuwe e-mails

## DINSDAG

Blinde paniek. Wat als we ineens een interview met Leonardo DiCaprio

kunnen doen, en ik die e-mail niet lees? Wat als Ryan Gosling een feestje geeft en mij daar als enige Nederlandse journalist voor uitnodigt, en dat geheel langs me heen gaat?! Wat als Channing Tatum voor *Magic Mike 2* morgen op de redactietafel wil uittesten welk effect zijn nieuwe dancemoves op vrouwen hebben – en ik dat simpelweg niet weet?!?

WHAAAAA...

Na de lunch kalmeer ik. *De Fear Of Missing Out* maakt plaats voor andere afkickverschijnselen. Mijn ogen dwalen steeds af naar het onderste hoekje van mijn beeldscherm, waar altijd een enveloppe verschijnt als ik een nieuwe mail heb. Ik surf continu naar Nu.nl om toch mijn behoefte aan nieuwe informatie te bevredigen. (Weinig kattenplaatjes daar, jammer.) Als ik de voltallige redactie ineens hoor gniffelen, gil ik: "Wat? WAT! Wát. Mís. Ik?!" Ik lijk wel een junk. Gelukkig mag ik het pinguïnfilmpje dat naar het hele team is gemaïld bekijken op de computer van een collega.

Tussenstand einde dag: 157 nieuwe e-mails

## WOENSDAG

Visite! Linda Samplonius heeft mijn *out of office* gekregen, en besloten me met een bezoekje te vereren. Té leuk! Linda brengt in juni haar eerste boek uit, en wil dat graag onder mijn aandacht brengen. Het boek heet *Koelcel* (uitgeverij →

**PER DAG WORDEN  
182 MILJARD  
E-MAILS VERSTUURD.**

WAT AL DIE BERICHTEN  
VOORAL DOEN? DE BOEL  
VERTRAGEN, EXTRA STRESS  
VEROORZAKEN EN DE  
PRODUCTIVITEIT BINNEN  
EEN BEDRIJF VERLAGEN.

De Crime Compagnie, €14,95) en ik moet toegeven: het persoonlijke contact werkt. Haar boek – dat ik normaal alleen in een folder en promotiemailtje voorbij zou zien komen – begint ineens echt te leven. Aanrader!

's Middags krijg ik wat telefoontjes. Eén daarvan is van muziekpromotor Lobke de Boer, en ik ben blij dat ze me belt. Ik wist namelijk nog steeds niet zeker of ze

akkoord was met het aantal concertkaartjes dat ik bij haar had aangevraagd om weg te geven – ze zou me daarover nog mailen. Gelukkig belt ze nu om te vertellen dat het rond is. We kletsen even over mijn mailmissie, ze wenst me succes en vraagt of ze een eervolle vermelding krijgt. Bij deze Lobke.

---

**Tussenstand einde dag: 213 nieuwe e-mails**

---

## ✉ DONDERDAG

Dit is de eerste ochtend dat ik niet per ongeluk tóch m'n mailbox open. Ik lijk te wennen aan mijn mailloze bestaan. En ik word ook steeds vindingrijker in het bedenken van alternatieve vormen van communicatie. Webredacteur Gabriëlle is vandaag jarig, maar omdat ik haar geen kattenplaatje kan mailen (van een kat met een puntmutsje op, een kat met een verjaardagstaart – dat werk), print ik het plaatje uit en breng ik het langs (ze zit op een andere verdieping). Kan ik haar ook drie échte verjaardagszoenen geven in plaats van laffe xxx-jes. In de middag komt marketingcollega Noushin naar me toe. “Kan ik jou niet mailen?” vraagt ze met grote ogen. Uhhh, nee dus. Maar aangezien we hemelsbreed zes meter bij elkaar vandaan zitten, moet dat geen probleem zijn. Ze wil mijn mening over een actie die ze op aan het zetten is. Ik loop mee naar haar bureau om te overleggen. En passant bedenken we in een kwartiertje nog vijf potentiële marketingacties. Best productief, niet mailen.

---

**Tussenstand einde dag: 286 nieuwe e-mails**

---

## ✉ VRIJDAG

Ik omarm de mailloosheid. Ik wéét dat ik meer dan driehonderd mailtjes in mijn mailbox heb zitten, maar het getal is inmiddels zo groot dat het me eigenlijk niets meer zegt. 's Ochtends kan ik meteen aan de slag in plaats van dat ik eerst een half uur mails door moet

werken. Gedurende de dag ben ik minder gehaast, omdat ik niet de hele tijd het gevoel heb dat ik iets moet. Ik overweeg om van m'n vrijdag voortaan standaard een mailloze dag te maken. Het schept rust in de chaos. Als klap op de vuurpijl van mijn mailloze week komen aan het eind van de dag Tanja en Astrid van Communicatie en PR-bureau LeadsMe binnenvallen. Ze zijn helemaal uit Waalwijk naar Amsterdam toegekomen om me te vertellen over de zomercollectie van Livera. Zoet! Ook alle andere merken die ze als klant hebben passeren de revue, en als kers op de taart krijg ik een goudkleurige portemonnee in m'n handen gedrukt. Ik overweeg om nooit meer te mailen...

---

**Eindstand: 353 nieuwe e-mails**

---

## EINDE EXPERIMENT

Op maandag open ik mijn mailbox, met de intentie om alle ontvangen berichten in één keer te deleten. Maar omdat ik het toch wel interessant vind om te zien hoeveel relevants ik nou eigenlijk écht in een gemiddelde werkweek ontvang, scrol ik toch mijn complete inbox even door. Conclusie: van de 353 mailtjes gaan er 299 rechtstreeks de prullenbak in. Niet interessant genoeg, te laat qua timing, totaal overbodig. Maar liefst 85 procent van de mails die ik ontvang is zinloos. Wow. Ik weet niet zo goed wat ik er mee aan moet. Zal ik voortaan iedereen die me een nutteloze mail stuurt replyn met de vraag of ze wat beter na willen denken voor ze op 'verstuur' klikken? Of moet ik sneller deleten, in plaats van toch elke keer even te checken of er écht niet iets in staat waar ik misschien wat aan heb? Of moet ik vanaf nu echt mailboxloos gaan werken? Het is een duivels dilemma waar ik nog niet helemaal over uit ben. Want hoeveel overbodige mailtjes ik ook krijg, het zou zo zonde zijn als ik die ene met dat te leuke kattenplaatje misloop... **COSMO**

## STOP NOU!

Kim Spinder bracht het boek: *We Quit Mail* (uitgeverij Business Contact, €14,95) uit. Het staat vol tips over hoe je, stap voor stap, e-mail uit je systeem kunt bannen en productiever kunt werken. Dit zijn drie tips die je kunnen helpen om ook te stoppen met mailen.

- 1 Je hoeft niet meteen je mailaccount te deleten, afbouwen kan stap voor stap. Spreek bijvoorbeeld binnen één project af, waar je met meerdere mensen aan werkt, dat jullie dat zonder mailverkeer in goede banen gaan leiden. Of ban het onderlinge mailverkeer binnen een intern team.
- 2 Er zijn heel veel manieren waarop je kunt samenwerken zonder dat er e-mailverkeer aan te pas hoeft te komen. Je kunt bijvoorbeeld een standaard wekelijkse Skype-meeting inplannen. Documenten hoeven niet heen en weer gemaïld te worden, maar kunnen binnen Dropbox door iedereen ingezien en bewerkt worden. En als het belangrijk is dat een project goed gemanaged wordt, is het wellicht een idee om met Basecamp aan de slag te gaan.
- 3 Realiseer je dat het aan jou is om op de hoogte te blijven. Als alle informatie voor iedereen op afstand toegankelijk is, zijn er geen remindermailtjes meer om je te activeren een bepaalde handeling te verrichten. Dat scheelt je tijd, maar vraagt wel om actie die je zelf moet ondernemen.