



## Nationale E-mailloze Vrijdag op 27 november Eén dag afkicken voor e-mailjunkies

***Op vrijdag 27 november 2009 vindt in Nederland en België voor de tweede maal E-mailloze Vrijdag plaats. Mensen en bedrijven worden opgeroepen om die dag geen of zo weinig mogelijk e-mails te versturen. Met deze E-mailloze Vrijdag wil initiatiefnemer Gunnar Michielssen mensen en bedrijven bewuster laten omspringen met elektronische post. Daarom maakte hij 10 korte video's, die mensen moeten helpen om niet in de e-mailval te trappen.***

E-mail dreigt ten onder te gaan aan zijn eigen succes. Het aantal e-mails blijft schrikbarend groeien ten koste van de efficiëntie en het persoonlijk contact. Maar ook het psychologisch welzijn lijdt zwaar onder e-mail: alsmaar vaker wordt de e-mailterreur gezien als de oorzaak van overmatige stress, burn-out en erger... Door de opkomst van blackberry's en soortgelijke toestellen waarmee e-mails de klok rond kunnen worden verstuurd en gelezen, neemt het probleem alleen nog maar toe.

Op de E-mailloze Vrijdag moeten belangrijke en dringende boodschappen zoveel mogelijk telefonisch of rechtstreeks worden overgemaakt. *“Collega's die elkaar nog nooit gesproken hebben, worden zo verplicht kennis te maken. Een dag zonder e-mail breekt de werkroutine en maakt medewerkers bewust van hun eigen gedrag”,* aldus initiatiefnemer Gunnar Michielssen. *“Elk bedrijf zou e-mail minstens één dag per jaar moeten bannen. Daarom roepen we op om op vrijdag 27 november één dag geen e-mails te lezen of te verzenden.”*

Overdreven? Gervais Pellissier, *Chief Financial Officer van France Telecom*, verklaarde onlangs dat de stortvloed aan elektronische berichten wel eens mee de oorzaak kon zijn van de reeks zelfmoorden die het bedrijf sinds enkele maanden teistert. *“In welke mate e-mail bijdroeg aan het probleem was niet duidelijk, maar niemand kan ontkennen dat we de France Telecom-medewerkers onder hoge druk staan door de nieuwe elektronische media”,* aldus Pellissier.

Bedrijven lijden ook financieel onder de e-mailoverload. Het Amerikaanse onderzoeksbureau Basex schat dat inefficiënt e-mailgebruik de Amerikaanse economie dit jaar zo'n 900 miljard dollar zal kosten. Dat verlies is vooral een gevolg van het grote aantal triviale en nutteloze mails en van de recuperatietijd die we nodig hebben om het werk te hervatten na elke kleine onderbreking.

### **Videotips voor een betere e-mailhygiëne**

*“Voor sommigen kan een Nationale E-mailloze Vrijdag een extreem antwoord lijken. Toch is het haalbaar, want we hebben zoveel andere communicatiemiddelen ter beschikking dat het absurd is te denken dat één dag zonder e-mail het einde van de wereld betekent”,* aldus Gunnar Michielssen. *“Het tegendeel is waar. Het is een ideale strategie om mensen de meerwaarde van andere media als telefoon of direct contact te laten herontdekken.”*

Naar aanleiding van de Nationale E-mailloze Vrijdag maakte Michielssen 10 instructievideo's met tal van handige tips, die medewerkers efficiënter te leren omspringen met elektronische media en e-mail in het bijzonder. De video's kunnen gratis bekeken worden via [www.emaillozevrijdag.nl](http://www.emaillozevrijdag.nl).

Initiatiefnemer Gunnar Michielssen begeleidt als communicatieconsultant o.a. Belgacom, Jeroen Bosch Ziekenhuis, de Orde van Vlaamse Balies en Lu bij het bijsturen van de heersende e-mailcultuur. Hij is ook de bedenker van 'Afkicken van e-mail', een trainingsprogramma dat werknemers wil aansporen om minder en efficiënter gebruik te maken van elektronische communicatiemiddelen. De voorbije twee jaar namen al meer dan 6500 mensen deel aan deze training.