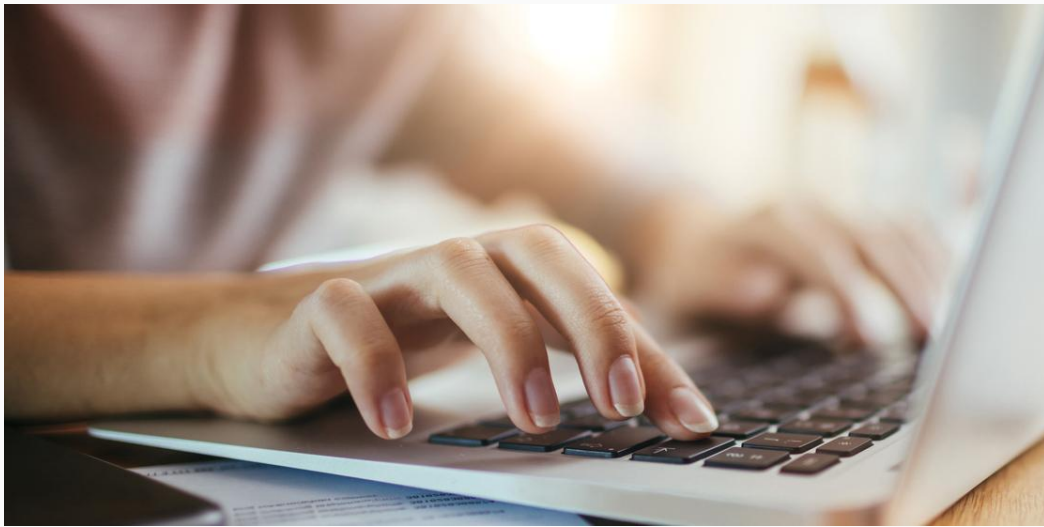




FÜR ALLE, DIE FIT SIND UND FIT BLEIBEN WOLLEN.

Willkommen zur Mittwochs-Memo. 📧

Jeden Mittwoch ein Gedanke. 🧠



Ordnung schaffen im Email Postfach!

So behältst du den Überblick!



Täglich flattern Unmengen an privaten und beruflichen Emails in unser Postfach. Vor allem im Homeoffice nimmt die tägliche Flut an Emails zu. Bereits beim Öffnen des Postfaches sendet unser Körper Stresshormone aus. Mit ein paar einfachen Tipps zeig ich dir wie du deine Mails effektiv organisieren kannst und stressfreier durch den Arbeitsalltag kommst.

1. Zeitmanagement 🕒

Es reicht, wenn du deine E-Mails ein- bis zweimal am Tag bearbeitest. Wenn dein Arbeitsalltag es dir nicht erlaubt nur zweimal pro Tag in dein E-Mail-Postfach zu schauen, solltest du trotzdem feste Zeiten zur Bearbeitung festlegen. Um deine Arbeitszeit so produktiv und effizient wie möglich zu gestalten, ist es sinnvoll, dich nicht ständig von neuen Emails vom konzentrierten Arbeiten abhalten zu lassen. Am besten eignen sich die Zeiten zwei Stunden nach dem Arbeitsbeginn, direkt nach der Mittagspause und kurz vor Feierabend für das Checken der Mails.

2. Ordner 📁

Eine klare Ordner Struktur hilft dir dabei den Überblick zu behalten. Übertreib es beim anlegen von Ordnern aber nicht, das bringt nur mehr Unordnung rein. Mein Vorschlag ist es dir Ordner nach Funktionen anzulegen. Das könnte folgendermaßen aussehen:

- antworten: E-Mails, die du beantworten musst
- warten: E-Mails, auf die du eine Antwort erwartest
- erledigt: abgeschlossene Mails und Projekte

indem du die Ordner nummerierst kannst du die geeignete Reihenfolge festlegen. Das kann dann so aussehen:

- 01-antworten
- 02-warten
- 03-erledigt

3. Die 1-Klick Regel 👉

Kein Aufschieben mehr! Entscheide direkt beim Lesen, was mit der Mail geschehen soll – es ist nur ein Klick, der dir aber später jede Menge Zeit erspart.

- In welchen Ordner legst du sie ab?
- Bis wann muss sie bearbeitet werden?

Probier's aus und bring ein wenig Ordnung in die chaotischen Zeiten!

Ich wünsche dir ein schönes Osterfest! 🌸🐰☀️

Auf deine Gesundheit! 🍀

Deine



Anja Flessa