




# COMMUNICATION


Or «Getting Things Done»

**Tine Maurstad**  tinemaurstad@gmail.com  
[Hang out with Tine](#) [Start a video call with Tine](#)

---

me, Tine 6 Fwd: Tilbakebetaling av tilskudd - Ja deilig sommer! Håper du også koser deg <3 Jaas, gleder m... 17 Jul  
 Utbetaling IN til... +1

Carly, Tine, me 15 Archive/Apico Journalist request - Plan! Seiling var veldig bra! Tine Maurstad Larsson Co-Found... 16 Apr  
 Sifted 1D.png

Magnus, me, Tine 3 Archive/Apico Advisory board i potensielt EU-prosjekt - Ja det gjør jeg, allerede tatt kontakt. Ven... 15 Feb  
 fastpear-loi-tem...




Mina, me, Tine 5 Archive/Apico Archive/Arkiv Filming neste mandag - Hei Matt & Mina, Jeg (Apico) takker for mul... 25 Jan

Tine Maurstad Larss. Archive/Apico Oppfølging fra innovasjonscampen - Hei Torkel, Takk for en hyggelig prat under ... 03/12/2018

Tine Maurstad Larss. Archive/Arkiv Fwd: Tine Maurstad, connect for a funded PoC w/Alltech & Dogpatch Labs - Tine... 29/11/2018

Anders, me, Tine 4 Archive/Apico VS: SV: Follow-up from phone conversation today - Hei Anders, Takk for mail m... 29/11/2018

Tine, Sverre 2 Archive/Apico Oppfølging fra telefonsamtalen - Hei Sverre, Takk for praten her om dagen. Vi fi... 19/11/2018

Tine .. Hana, me 17 Archive/Apico Apico at Startupmatcher - Hey Hana, My name is Tine and I am CMO of Apico. F... 19/11/2018  
 Outlook-gz2stn...  Outlook-vw2dx...  Outlook-o0gei3... +1

Tine Maurstad Larss. 3 Archive/Apico Fwd: Landtek2018 - Flott. Ja gjerne send en SMS om du er tilgjengelig utover d... 14/11/2018

**Tine Maurstad** tinemaurstad@gmail.com  
 Hang out with Tine Start a video call with Tine

- me, Tine 6 Fwd: Tilbakebetaling av tilskudd - Ja deilig sommer! Håper du også koser deg <3 Jaas, gleder m... 17 Jul  
 Utbetaling IN til... +1
- Carly, Tine, me 15 Archive/Apico Journalist request - Plan! Seiling var veldig bra! Tine Maurstad Larsson Co-Found... 16 Apr  
 Sifted 1D.png
- Magnus, me, Tine 3 Archive/Apico Advisory board i potensielt EU-prosjekt - Ja det gjør jeg, allerede tatt kontakt. Ven... 15 Feb  
 fastpear-loi-tem...
- Mina, me, Tine 5 Archive/Apico Archive/Arkiv Filming neste mandag - Hei Matt & Mina, Jeg (Apico) takker for mul... 25 Jan
- Tine Maurstad Larss. Archive/Apico Oppfølging fra innovasjonscampen - Hei Torkel, Takk for en hyggelig prat under ... 03/12/2018
- Tine Maurstad Larss. Archive/Arkiv Fwd: Tine Maurstad, connect for a funded PoC w/Alltech & Dogpatch Labs - Tine... 29/11/2018
- Anders, me, Tine 4 Archive/Apico VS: SV: Follow-up from phone conversation today - Hei Anders, Takk for mail m... 29/11/2018
- Tine, Sverre 2 Archive/Apico Oppfølging fra telefonsamtalen - Hei Sverre, Takk for praten her om dagen. Vi fi... 19/11/2018
- Tine .. Hana, me 17 Archive/Apico Apico at Startupmatcher - Hey Hana, My name is Tine and I am CMO of Apico. F... 19/11/2018  
 Outlook-gz2stn... Outlook-vw2dx... Outlook-o0gei3... +1
- Tine Maurstad Larss. 3 Archive/Apico Fwd: Landtek2018 - Flott. Ja gjerne send en SMS om du er tilgjengelig utover d... 14/11/2018

Orange F 15:41 84%

1 2 3  
 ABC DEF

4 5 6  
 GHI JKL MNO

7 8 9  
 PQRS TUV WXYZ

\* 0 #  
 +

Favorites Recents Contacts Keypad Voicemail

**Tine Maurstad** tinemaurstad@gmail.com  
 Hang out with Tine Start a video call with Tine

me, Tine 6 Fwd: Tilbakebetaling av tilskudd - Ja deilig sommer! Håper du og  
 Utbetaling IN til... +1

Carly, Tine, me 15 Archive/Apico Journalist request - Plan! Seiling var veldig bra! Tir  
 Sifted 1D.png

Magnus, me, Tine 3 Archive/Apico Advisory board i potensielt EU-prosjekt - Ja det gjø  
 fastpear-loi-tem...

Mina, me, Tine 5 Archive/Apico Archive/Arkiv Filming neste mandag - Hei Matt & M

Tine Maurstad Larss. Archive/Apico Oppfølging fra innovasjonscampen - Hei Torkel, Takk for en hyggelig prat under ... 03/12/2018

Tine Maurstad Larss. Archive/Arkiv Fwd: Tine Maurstad, connect for a funded PoC w/Alltech & Dogpatch Labs - Tine... 29/11/2018

Anders, me, Tine 4 Archive/Apico VS: SV: Follow-up from phone conversation today - Hei Anders, Takk for mail m... 29/11/2018

Tine, Sverre 2 Archive/Apico Oppfølging fra telefonsamtalen - Hei Sverre, Takk for praten her om dagen. Vi fi... 19/11/2018

Tine .. Hana, me 17 Archive/Apico Apico at Startupmatcher - Hey Hana, My name is Tine and I am CMO of Apico. F... 19/11/2018  
 Outlook-gz2stn... Outlook-vw2dx... Outlook-o0gei3... +1

Tine Maurstad Larss. 3 Archive/Apico Fwd: Landtek2018 - Flott. Ja gjerne send en SMS om du er tilgjengelig utover d... 14/11/2018

| Name ↑               | Owner              | Last modified                  |
|----------------------|--------------------|--------------------------------|
| Administrativt       | Tine Larsson       | 27 Jul 2018 Tine Larsson       |
| Arkiv                | me                 | 19 Sep 2018 me                 |
| Faglig               | me                 | 18 Apr 2018 me                 |
| Forretningsutvikling | me                 | 18 Sep 2018 Tine Larsson       |
| Konferanser          | Tine Larsson       | 18 Apr 2018 me                 |
| Konkurrenter         | me                 | 18 Apr 2018 me                 |
| Møter/Kontakt        | me                 | 17 Sep 2018 Tine Larsson       |
| Rekruttering         | Ingrid Kristiansen | 16 May 2018 Ingrid Kristiansen |
| Søknader             | me                 | 18 Apr 2018 me                 |
| Teknisk              | me                 | 18 Apr 2018 me                 |

Orange F 15:41 84%

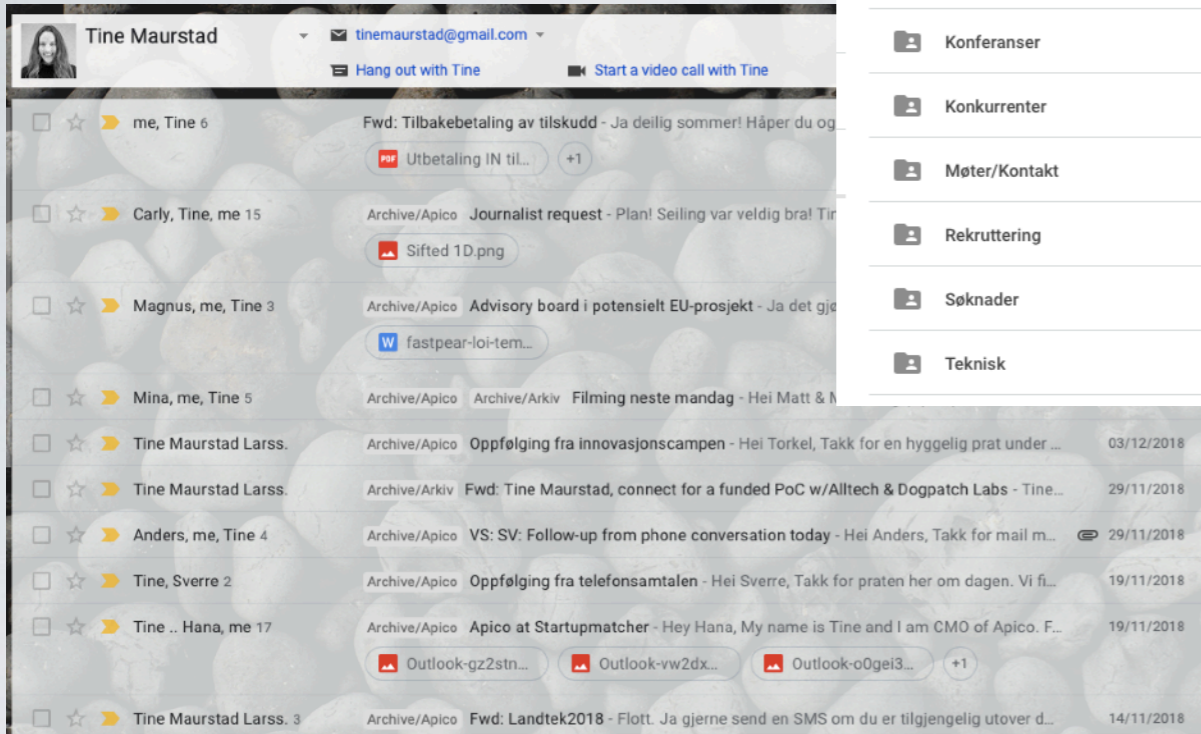
1 2 3  
 ABC DEF

4 5 6  
 GHI JKL MNO

7 8 9  
 PQRS TUV WXYZ

\* 0 #  
 +

Favorites Recents Contacts Keypad Voicemail



| Name ↑               | Owner              | Last modified            |
|----------------------|--------------------|--------------------------|
| Administrativt       | Tine Larsson       | 27 Jul 2018 Tine Larsson |
| Arkiv                | me                 | 19 Sep 2018 me           |
| Faglig               | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Forretningsutvikling | me                 | 18 Sep 2018 Tine Larsson |
| Konferanser          | Tine Larsson       | 18 Apr 2018 me           |
| Konkurrenter         | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Møter/Kontakt        | me                 | 17 Sep 2018 Tine Larsson |
| Rekruttering         | Ingrid Kristiansen | 16 May 2018 Ingrid Kris  |
| Søknader             | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Teknisk              | me                 | 18 Apr 2018 me           |



**Tine Maurstad** tinemaurstad@gmail.com

Hang out with Tine Start a video call with Tine

- me, Tine 6 Fwd: Tilbakebetaling av tilskudd - Ja deilig sommer! Håper du og...  
Utbetaling IN til... +1
- Carly, Tine, me 15 Archive/Apico Journalist request - Plan! Seiling var veldig bra! Tir...  
Sifted 1D.png
- Magnus, me, Tine 3 Archive/Apico Advisory board i potensielt EU-prosjekt - Ja det gjø...  
fastpear-loi-tem...
- Mina, me, Tine 5 Archive/Apico Archive/Arkiv Filming neste mandag - Hei Matt & M...
- Tine Maurstad Larss. Archive/Apico Oppfølging fra innovasjonscampen - Hei Torkel, Takk for en hyggelig prat under ... 03/12/2018
- Tine Maurstad Larss. Archive/Arkiv Fwd: Tine Maurstad, connect for a funded PoC w/Alltech & Dogpatch Labs - Tine... 29/11/2018
- Anders, me, Tine 4 Archive/Apico VS: SV: Follow-up from phone conversation today - Hei Anders, Takk for mail m... 29/11/2018
- Tine, Sverre 2 Archive/Apico Oppfølging fra telefonsamtalen - Hei Sverre, Takk for praten her om dagen. Vi fi... 19/11/2018
- Tine .. Hana, me 17 Archive/Apico Apico at Startupmatcher - Hey Hana, My name is Tine and I am CMO of Apico. F... 19/11/2018  
Outlook-gz2stn... Outlook-vw2dx... Outlook-o0gei3... +1
- Tine Maurstad Larss. 3 Archive/Apico Fwd: Landtek2018 - Flott. Ja gjerne send en SMS om du er tilgjengelig utover d... 14/11/2018

| Name ↑               | Owner              | Last modified            |
|----------------------|--------------------|--------------------------|
| Administrativt       | Tine Larsson       | 27 Jul 2018 Tine Larsson |
| Arkiv                | me                 | 19 Sep 2018 me           |
| Faglig               | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Forretningsutvikling | me                 | 18 Sep 2018 Tine Larsson |
| Konferanser          | Tine Larsson       | 18 Apr 2018 me           |
| Konkurrenter         | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Møter/Kontakt        | me                 | 17 Sep 2018 Tine Larsson |
| Rekruttering         | Ingrid Kristiansen | 16 May 2018 Ingrid Kris  |
| Søknader             | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Teknisk              | me                 | 18 Apr 2018 me           |

Orange F 15:39 86%

3 TM Tine >

holdingselskap? Har ikke fått mitt enda og må benytte for å registrere skjema - ingen kostnader altså

iMessage

Supert! 920.288.693 er mitt 😊

Thu 15 Nov at 15:50

Hei Sverre ville ringes om 10 min. Skal vi ringes og diskutere om hva jeg skal spørre om?

84%

Tidsaspektet med vår løsning Mimiro sin platform vs Future Farm prosjekt Geno sin rolle Kontakt med Harald - hvorfor får vi ikke kontakt?

Delivered

iMessage

3 DEF

4 GHI 5 JKL 6 MNO

7 PQRS 8 TUV 9 WXYZ

\* 0 + #

Keypad

Favorites Recents Contacts Keypad Voicemail

Orange F 15:40 85%

Tine Maurstad Lar... Messenger

tilbake?

Leverte skjemaet på nett. Der var det påkrevd å laste opp prosjektregnsnap, så lastet opp en forenklet versjon av excel-filen med kommentar om regnskapsfører i kommentarfeltet. Har ikke hørt noe tilbake. Tipper den behandles av dem på vanlig måte, og det tar vel litt tid.

Skal vi avvente med å etterspørre regnskapsfører? Det kan hende IN ser at summene er såpass små at de ikke bryr seg om en signatur - så sparer vi et par tusen på det.

ja, lurt 🙌 1

Aa

**Tine Maurstad** | tinemaurstad@gmail.com | Hang out with Tine | Start a video call with Tine

- me, Tine 6 | Fwd: Tilbakebetaling av tilskudd - Ja deilig sommer! Håper du og... | Utbetaling IN til... +1
- Carly, Tine, me 15 | Archive/Apico | Journalist request - Plan! Seiling var veldig bra! Tir... | Sifted 1D.png
- Magnus, me, Tine 3 | Archive/Apico | Advisory board i potensielt EU-prosjekt - Ja det gj... | fastpear-loi-tem...
- Mina, me, Tine 5 | Archive/Apico | Archive/Arkiv | Filming neste mandag - Hei Matt & M...
- Tine Maurstad Larss. | Archive/Apico | Oppfølging fra innovasjonscampen - Hei Torkel, Takk for en hyggelig prat under ... | 03/12/2018
- Tine Maurstad Larss. | Archive/Arkiv | Fwd: Tine Maurstad, connect for a funded PoC w/Alltech & Dogpatch Labs - Tine... | 29/11/2018
- Anders, me, Tine 4 | Archive/Apico | VS: SV: Follow-up from phone conversation today - Hei Anders, Takk for mail m... | 29/11/2018
- Tine, Sverre 2 | Archive/Apico | Oppfølging fra telefonsamtalen - Hei Sverre, Takk for praten her om dagen. Vi fi... | 19/11/2018
- Tine .. Hana, me 17 | Archive/Apico | Apico at Startupmatcher - Hey Hana, My name is Tine and I am CMO of Apico. F... | 19/11/2018 | Outlook-gz2stn... Outlook-vw2dx... Outlook-o0gei3... +1
- Tine Maurstad Larss. 3 | Archive/Apico | Fwd: Landtek2018 - Flott. Ja gjerne send en SMS om du er tilgjengelig utover d... | 14/11/2018

| Name ↑               | Owner              | Last modified            |
|----------------------|--------------------|--------------------------|
| Administrativt       | Tine Larsson       | 27 Jul 2018 Tine Larsson |
| Arkiv                | me                 | 19 Sep 2018 me           |
| Faglig               | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Forretningsutvikling | me                 | 18 Sep 2018 Tine Larsson |
| Konferanser          | Tine Larsson       | 18 Apr 2018 me           |
| Konkurrenter         | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Møter/Kontakt        | me                 | 17 Sep 2018 Tine Larsson |
| Rekruttering         | Ingrid Kristiansen | 16 May 2018 Ingrid Kris  |
| Søknader             | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Teknisk              | me                 | 18 Apr 2018 me           |

tinemaurstad

March 26, 1:29 PM

Hehe, norsk og svensk på det bildet der... Men ja, vi er en gruppe på ca 15 CERN-interns som finner på mye gay flere dager i uka, og det er veldig lett å bli kjent med nye her 😊

March 26, 4:39 PM

Så kult 😊👍 bra du også får tid til å bruke på fjellet!

March 30, 6:31 PM

Replied to your story

Message...

15:40 | 85% battery

Hei Sverre ville ringes om 10 min. Skal vi ringes og diskutere om hva jeg skal spørre om?

Tidsaspektet med vår løsning Mimiro sin platform vs Future Farm prosjekt Geno sin rolle Kontakt med Harald - hvorfor får vi ikke kontakt?

Delivered

Skal vi avvente med å etterspørre regnskapsfører? Det kan hende IN ser at summene er såpass små at de ikke bryr seg om en signatur - så sparer vi et par tusen på det.

ja, lurt

Orange F | 15:39 | 86% battery

3 | TM | Tine >

holdingselskap? Har ikke fått mitt enda og må benytte for å registrere skjema - ingen kostnader altså

iMessage

Supert! 920.288.693 er mitt 😊

Thu 15 Nov at 15:50

Hei Sverre ville ringes om 10 min. Skal vi ringes og diskutere om hva jeg skal spørre om?

Tidsaspektet med vår løsning Mimiro sin platform vs Future Farm prosjekt Geno sin rolle Kontakt med Harald - hvorfor får vi ikke kontakt?

Delivered

iMessage

3 DEF

4 GHI | 5 JKL | 6 MNO

7 PQRS | 8 TUV | 9 WXYZ

\* | 0 + | #

📞

Favorites | Recents | Contacts | Keypad | Voicemail

**Tine Maurstad** tinemaurstad@gmail.com

Hang out with Tine Start a video call with Tine

- me, Tine 6 Fwd: Tilbakebetaling av tilskudd - Ja deilig sommer! Håper du og...  
Utbetaling IN til...
- Carly, Tine, me 15 Archive/Apico Journalist request - Plan! Seiling var veldig bra! Tir...  
Sifted 1D.png
- Magnus, me, Tine 3 Archive/Apico Advisory board i potensielt EU-prosjekt - Ja det gjø...  
fastpear-loi-tem...
- Mina, me, Tine 5 Archive/Apico Archive/Arkiv Filming neste mandag - Hei Matt & M...
- Tine Maurstad Larss. Archive/Apico Oppfølging fra innovasjonscampen - Hei Torkel, Takk for en hyggelig prat under ... 03/12/2018
- Tine Maurstad Larss. Archive/Arkiv Fwd: Tine Maurstad, connect for a funded PoC w/Alltech & Dogpatch Labs - Tine... 29/11/2018
- Anders, me, Tine 4 Archive/Apico VS: SV: Follow-up from phone conversation today - Hei Anders, Takk for mail m... 29/11/2018
- Tine, Sverre 2 Archive/Apico Oppfølging fra telefonsamtalen - Hei Sverre, Takk for praten her om dagen. Vi fi... 19/11/2018
- Tine .. Hana, me 17 Archive/Apico Apico at Startupmatcher - Hey Hana, My name is Tine and I am CMO of Apico. F... 19/11/2018  
Outlook-gz2stn... Outlook-vw2dx... Outlook-o0gei3...
- Tine Maurstad Larss. 3 Archive/Apico Fwd: Landtek2018 - Flott. Ja gjerne send en SMS om du er tilgjengelig utover d... 14/11/2018

| Name                 | Owner              | Last modified            |
|----------------------|--------------------|--------------------------|
| Administrativt       | Tine Larsson       | 27 Jul 2018 Tine Larsson |
| Arkiv                | me                 | 19 Sep 2018 me           |
| Faglig               | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Forretningsutvikling | me                 | 18 Sep 2018 Tine Larsson |
| Konferanser          | Tine Larsson       | 18 Apr 2018 me           |
| Konkurrenter         | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Møter/Kontakt        | me                 | 17 Sep 2018 Tine Larsson |
| Rekruttering         | Ingrid Kristiansen | 16 May 2018 Ingrid Kris  |
| Søknader             | me                 | 18 Apr 2018 me           |
| Teknisk              | me                 | 18 Apr 2018 me           |

tinemaurstad

March 26, 1:29 PM

Hehe, norsk og svensk på det bildet der... Men ja, vi er en gruppe på ca 15 CERN-interns som finner på mye gay flere dager i uka, og det er veldig lett å bli kjent med nye her 😊

March 26, 4:39 PM

Så kult 😊 bra du også får tid til å bruke på fjellet!

March 30, 6:31 PM

Replied to your story

verte skjemaet på nett. Der er det påkrevd å laste opp prosjektregnsnap, så lastet opp forenklet versjon av excel-en med kommentar om regnskapsfører i kommentarfeltet. Har ikke hørt noe tilbake. Tipper den behandles av dem på vanlig måte, og det tar vel litt tid.

Skal vi avvente med å etterspørre regnskapsfører? Det kan hende IN ser at summene er såpass små at de ikke bryr seg om en signatur - så sparer vi et par tusen på det.

ja, lurt

Tine

Nov 15th, 2018

Siije 1:24 PM  
Fikk du svart Harald ang dato i desember? Skal vi foreslå 10.-13. desember eller 17.-21.?

Tine 1:25 PM  
Hei, nei jeg ville vente til piotr svarte. Skal sende Mail nå.

Siije 1:26 PM  
Supert!

Nov 19th, 2018

Siije 9:06 AM  
Hva er adressen din/oppmøtested i Lillestrøm? Sender adressen til Hana 😊

Tine 9:06 AM  
Markveien 23, 2003 Lillestrøm. Henter henne

Siije 9:07 AM  
Takk! Jeg skriver at vi kan hente henne, men ikke oftere nære adressen slik den er.

Orange F 15:39 86%

holdingselskap? Har ikke fått mitt enda og må benytte for å registrere skjema - ingen kostnader altså

iMessage

Supert! 920.288.693 er mitt 😊

Thu 15 Nov at 15:50

Hei Sverre ville ringes om 10 min. Skal vi ringes og diskutere om hva jeg skal spørre om?

Tidsaspektet med vår løsning Mimiro sin platform vs Future Farm prosjekt  
Geno sin rolle  
Kontakt med Harald - hvorfor får vi ikke kontakt?

Delivered

3 DEF

4 GHI 5 JKL 6 MNO

7 PQRS 8 TUV 9 WXYZ

\* 0 + #

3

Favorites Recents Contacts Keypad Voicemail



HOW TO KEEP TRACK OF  
IMPORTANT INFORMATION?

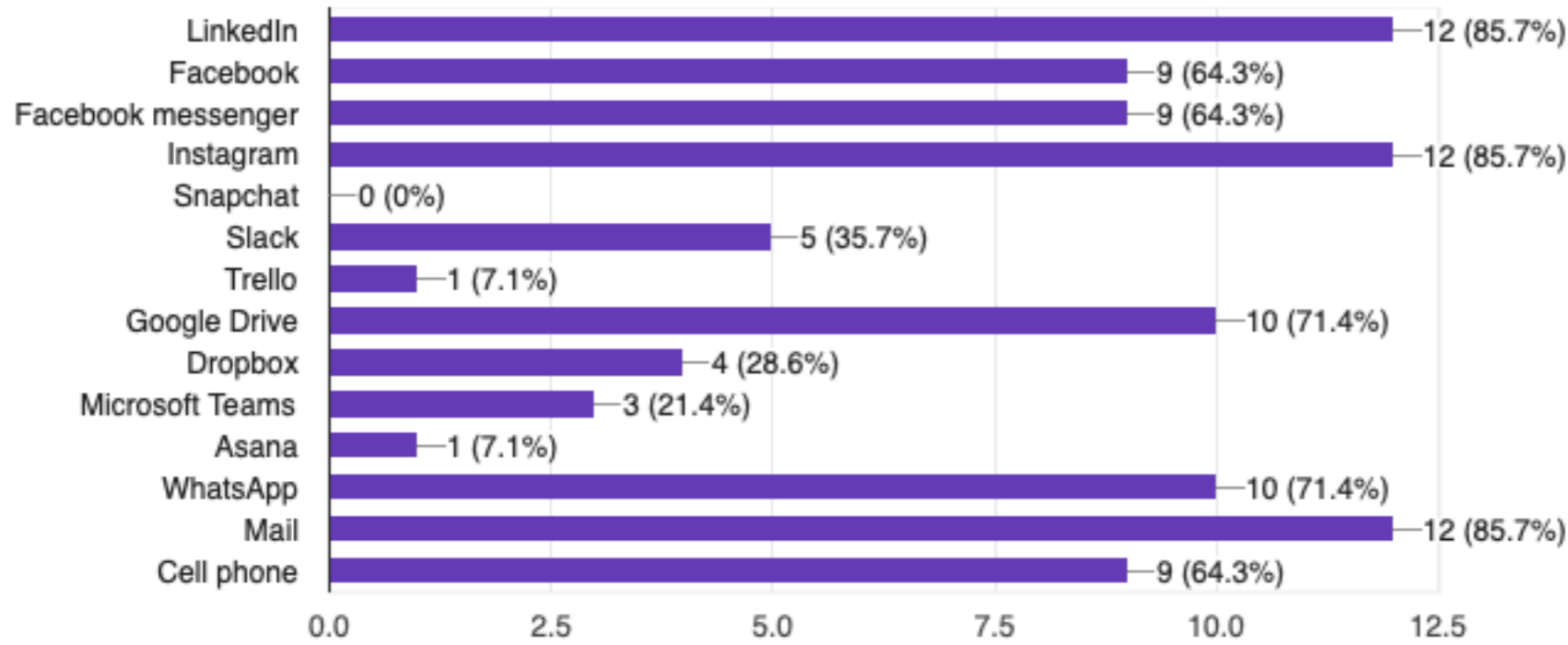
I. All communication on ONE platform

1. All communication on ONE platform
2. Agree on when and how to use what

# Which communications platforms or social networks do you consider yourself active on?



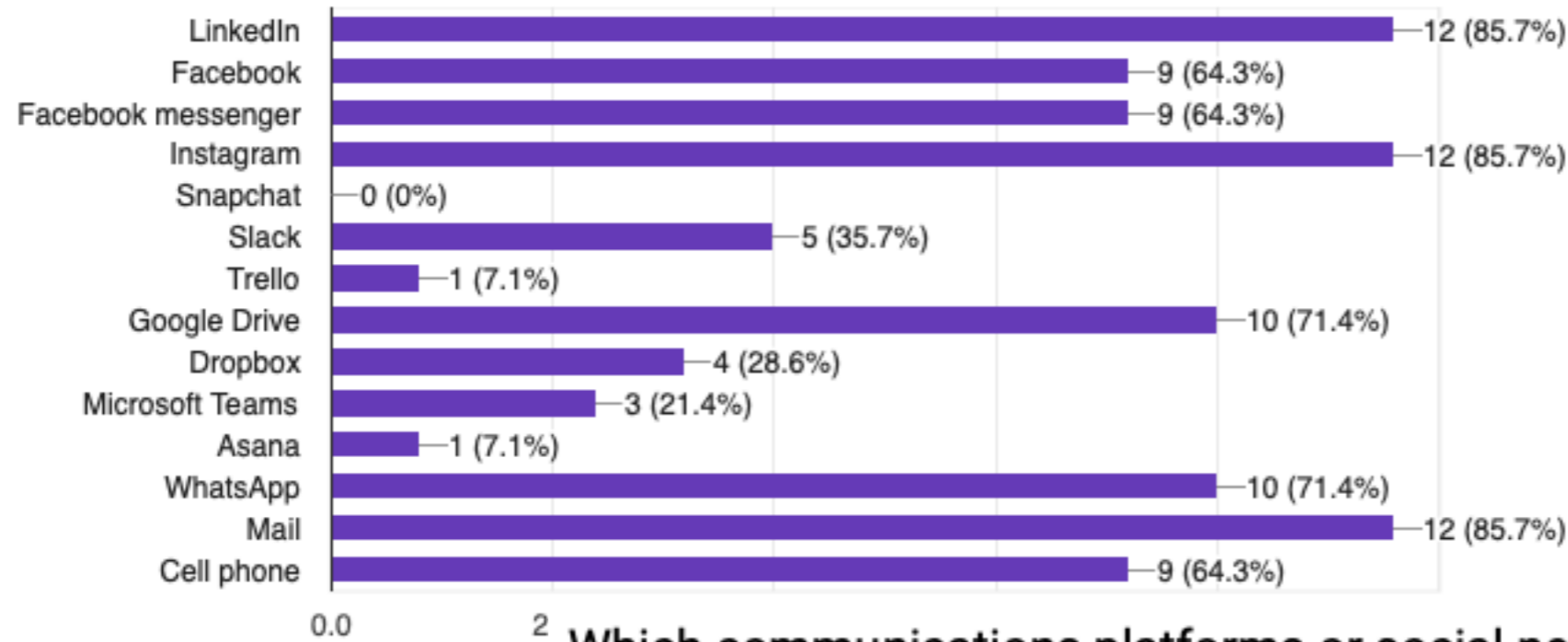
14 responses



## Which communications platforms or social networks do you consider yourself active on?



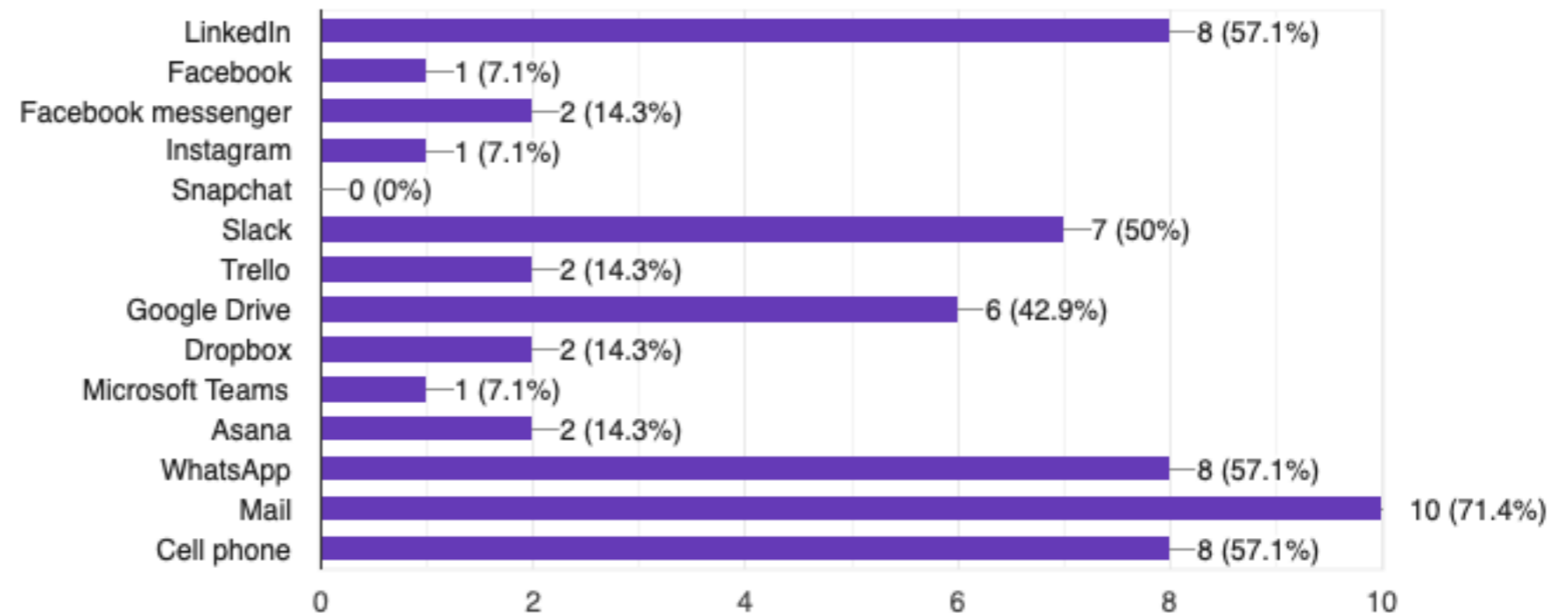
14 responses



## Which communications platforms or social networks do you prefer using for work related communication?



14 responses



## **Slack**

Google Drive

SMS

Call

Call 2x

SoMe

For ALL normal  
communication (remember:  
use the correct channel!)

Slack

**Google Drive**

SMS

Call

Call 2x

SoMe

All documents are stored here. Give update (with link) in Slack if documents need to be discussed

Slack

Google Drive

**SMS**

Call

Call 2x

SoMe

Important information or  
questions I need you to see  
within a couple of hours



Slack

Google Drive

SMS

**Call**

Call 2x

SoMe

Urgent matters. Pick up the  
phone or call back as soon as  
possible.

Slack

Google Drive

SMS

Call

**Call 2x**

SoMe

URGENT matters. Leave  
meetings to pick up the  
phone

Slack

Google Drive

SMS

Call

Call 2x

Social things not related to  
the start-up (we're friends as  
well!)

**SoMe**

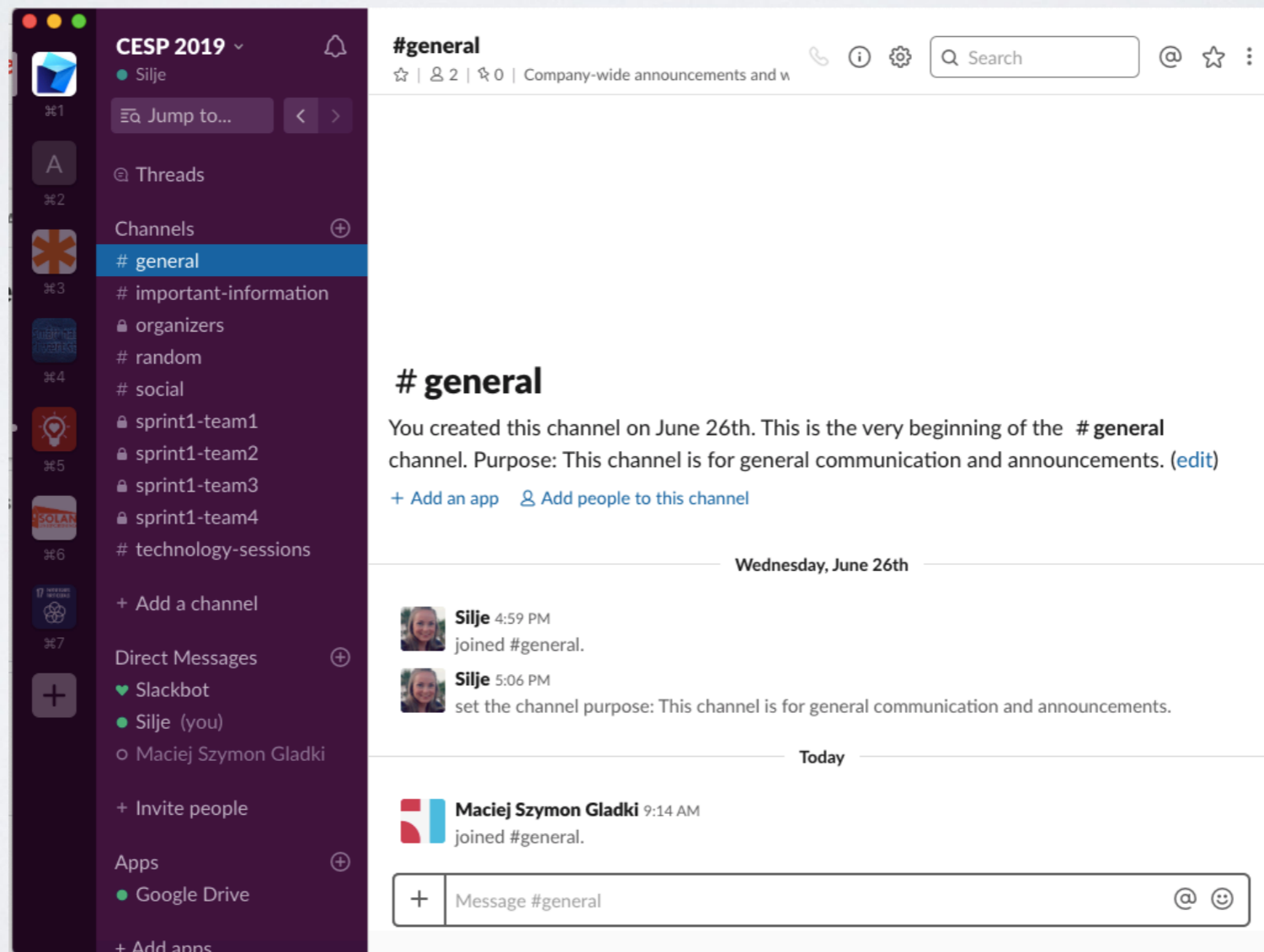
# GOOGLE DRIVE



# TRELLO



# SLACK



# MEETINGS



# MEETINGS

Focus time vs. discussion time  
How often & regularly?

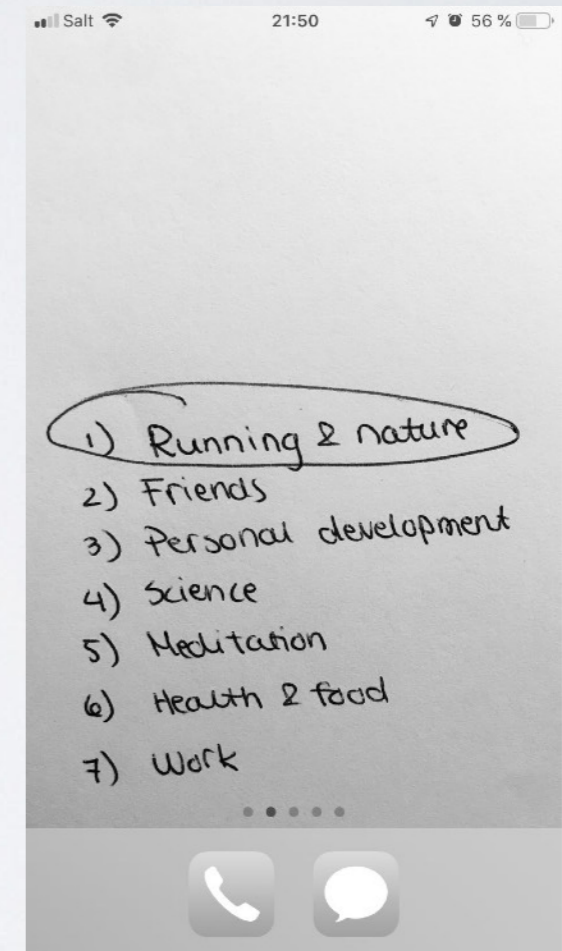


# PERSONAL

1. E-mails
  1. When & how often?
  2. Inbox zero

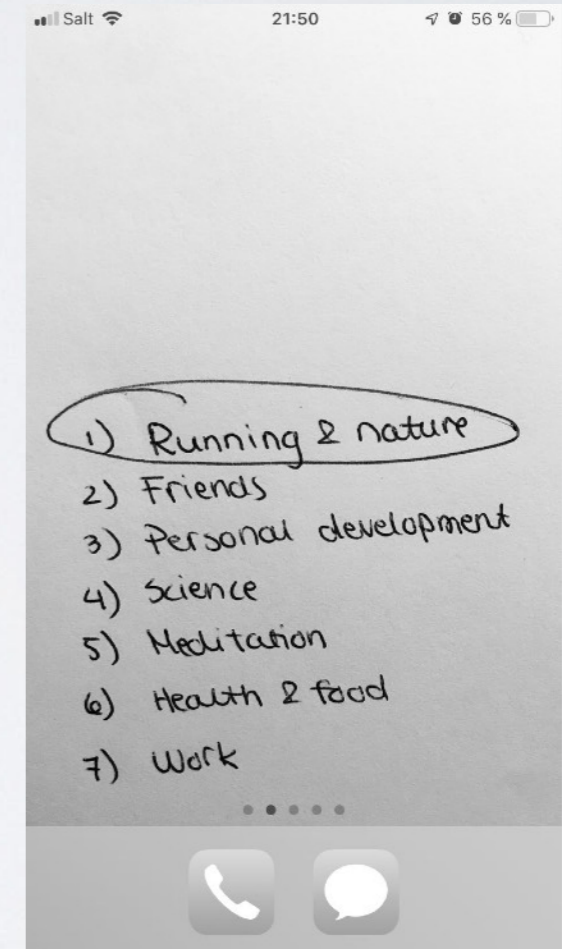
# PERSONAL

1. E-mails
  1. When & how often?
  2. Inbox zero
2. Phone
  1. Turn off all notifications
  2. Uninstall the Facebook app
  3. Hide away all temptations



# PERSONAL

1. E-mails
  1. When & how often?
  2. Inbox zero
2. Phone
  1. Turn off all notifications
  2. Uninstall the Facebook app
  3. Hide away all temptations
3. To-do lists



# PERSONAL

1. E-mails
  1. When & how often?
  2. Inbox zero
2. Phone
  1. Turn off all notifications
  2. Uninstall the Facebook app
  3. Hide away all temptations
3. To-do lists
4. Highlight of today

