



# 4DEVELOPERS GDAŃSK

Nadmorska edycja największego  
festiwalu technologicznego

**18 września 2017**

## Mit work-life balance

Łukasz Rybka

Bond, Andiola & Company



Jestem wściekły!



Po co ta prezentacja?

# Kim jestem?

---

- Dyrektor Techniczny w Bond, Andiola & Company, PC
- Trener w infoShare Academy
- Wykładowca na Politechnice Gdańskiej
- Trener w Solwit S.A.
- Współzałożyciel startupu na rynku amerykańskim
- Mam dopiero 29 lat...



# Podstawowe zasady

---

- Prezentowane stanowisko i opinie są moimi własnymi, prywatnymi stwierdzeniami i obserwacjami
- Prezentacja nie jest poparta żadnymi badaniami naukowymi
- Nie roszczę sobie tytułu "alfy i omegi"



Jak przedstawiany jest WLB?





"Reverse engineer yourself"



Budowanie rodziny





Celebrowanie przyjaźni



**Życie duchowe**



Kształtowanie swojego ciała



Dostatek



Oddawanie się swoim pasjom



Spełnianie się zawodowo



# Howard Stevenson

We all struggle to live at least seven lives:

- the family self,
- the social self,
- the spiritual self,
- the physical self,
- the material self,
- the avocational self,
- the career self.





Každy z nas ma pewne marzenia





A black and white portrait of Mark Twain, showing his characteristic wild, white hair and a full, white mustache. He is looking slightly to the right of the frame. The background is dark and out of focus.

"The secret to getting ahead is getting started"

Mark Twain



Nie każde doświadczenie zakończy się sukcesem





**STOP** doing **SHIT** you **HATE**



Jason  
C. Mayden

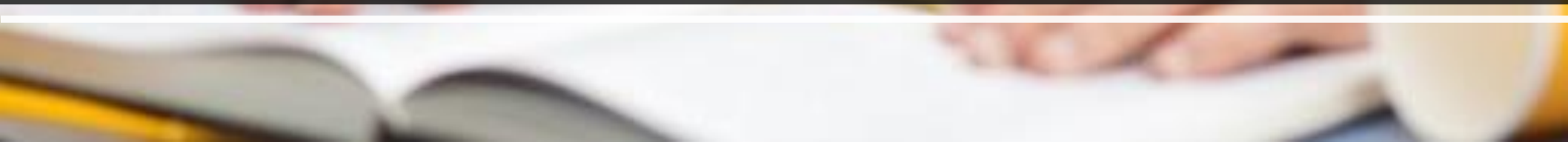
'Curiosity is something that starts at the childhood and it's stripped from you as you get older because they tell you "pick a lane, focus on this, be that"'



**"Work smarter, not harder" Allan H. Mogensen**



Znaj swoje ograniczenia





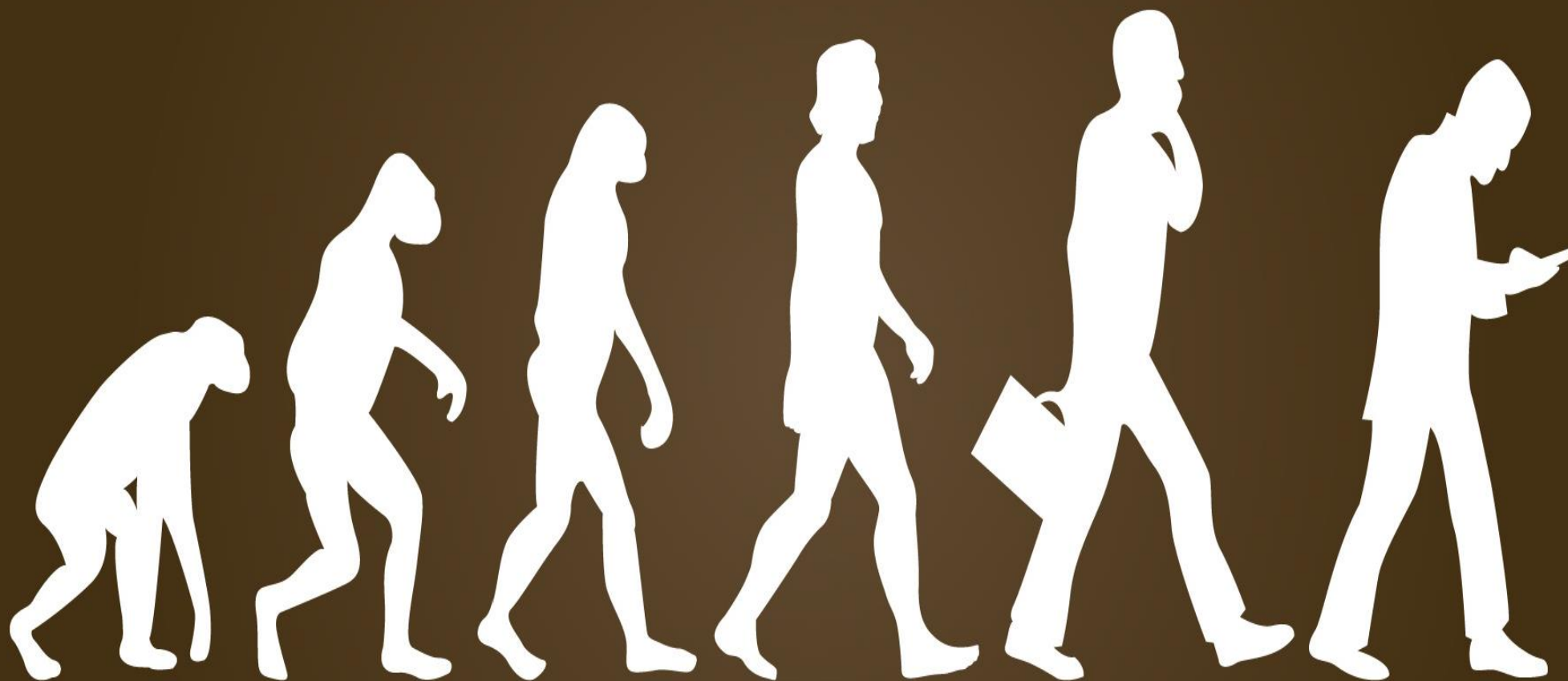
Miej umiar we wszystkim

A man is shown in profile, sitting in a car at night. He is looking down at a smartphone in his hand. The background is a blurred city street at night, with lights from buildings and traffic. The overall lighting is dark and moody, with a blueish tint. The text "MACRO PATIENCE > MICRO SPEED" is overlaid in the center of the image in a bold, white, sans-serif font with a blue outline. Below the text is a small, white, handwritten signature.

**MACRO PATIENCE > MICRO SPEED**

*gn*





Nie zamykaj się na zmianę



Początki nigdy nie są łatwe...

... lecz efekt  
końcowy  
może  
przerosnąć  
nasze  
najśmielsze  
oczekiwania!





---

Moja osobista rada?

---



"Życ tak by niczego nie żałować"

# Q&A



Thank  
you!!