

**Západočeská univerzita v Plzni**  
**Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara**

**Bakalářská práce**

**MÉDIA A EXPERIMENT**

**OBĚŤ A TVŮRCE**

**Veronika Tichá**

**Plzeň 2020**

**Západočeská univerzita v Plzni**  
**Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara**

**Katedra Výtvarného umění**  
Studijní program Výtvarná umění  
Studijní obor Multimediální design  
Specializace Nová média

**Bakalářská práce**

**MÉDIA A EXPERIMENT**

**OBĚŤ A TVŮRCE**

**Veronika Tichá**

Vedoucí práce: doc. ak. mal. Vladimír Merta

Katedra výtvarného umění

Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara

Západočeská univerzita v Plzni

Plzeň 2019

Prohlašuji, že jsem práci zpracovala samostatně a použila jen uvedených pramenů a literatury.

Plzeň, červenec 2020

.....

podpis autora

## Poděkování

Především bych ráda poděkovala za odborné vedení a konzultace bakalářské práce doc. ak. mal. Vladimíru Mertovi, za cenné rady během mého bakalářského studia a čas, který mi věnoval při tvorbě bakalářské práce.

Dále děkuji rodině, přátelům a každému kdo mě po dobu mého studia podporoval a měl významný vliv na mou tvorbu.



## Obsah

<b>1. Popis přípravy a reflexe procesu vlastní tvorby</b> .....	6
1.1 Sebereflexe.....	6
1.2 Volba tématu.....	6
1.3 Psychický vývoj člověka.....	7
1.4 Emoce.....	7
1. 4. 1 Strach – Oběť.....	9
1. 4. 2 Radost, víra – Tvůrce.....	10
<b>2. Reflexe a dokumentace procesu tvorby</b> .....	12
2. 1 Popis výsledného díla a jeho využití.....	12
<b>Seznam použitých zdrojů</b> .....	14
A) Knižní a periodická literatura.....	14
B) Internetové zdroje.....	14
<b>Resumé</b> .....	16
<b>Seznam příloh</b> .....	17

# 1. Popis přípravy a reflexe procesu vlastní tvorby

## 1. 1. Sebereflexe

Již od prvního semestru na vysoké škole jsem se pokoušela ve své tvorbě reflektovat motivy psychologie lidské osobnosti a postavení člověka ve společnosti. Tyto pokusy zpětně hodnotím za prostoduché, jelikož jsem se pokoušela své názory vyjádřit jen na základě vlastních pocitových úsudků, které zjevně nebyly dostačující. I přesto jsem se rozhodla nadále pokračovat v tématu psychologie, především osobnostního růstu, který společně se sebevzděláváním považuji za nezbytným potenciál mého dalšího rozvoje.

Pokud se chceme naučit vnímat druhé, rozeznávat a chápat jejich emoce, nebo je i morálně kritizovat, nevyhnutelně nejprve musíme být otevření k vlastním emocím a objektivně nahlížet sami na sebe.

## 1. 2. Volba tématu

Proto jsem si vybrala téma Média a experiment. Experimentuji zejména s mými schopnostmi a postoji, zda jsem schopna je sama vědomě ovlivňovat a měnit. Vlastnosti a rysy osobnosti člověka jsou obtížně měnitelné, jsou úzce spjaté s biopsychosociální podstatou.<sup>[1]</sup> Vývoj osobnosti je výsledkem neustále působících vnějších a vnitřních vlivů. Nicméně je možné se je naučit pozorovat a poznávat, a díky tomu více chápat vlastní osobnost, částečně předvídat a ovlivňovat své chování, a využít tohoto faktu k obohacování ostatních

„Ráj na zemi nastane, až zjistíme, že si realitu vytváříme sami“ <sup>[2]</sup>

Jan Rak

Jak už kvantová fyzika napovídá, nic jako univerzální realita neexistuje. Vše naznačuje skutečnosti, že realitu si vytváříme sami. Tvoří jí naše emoce, myšlenky a hluboce zakořeněné morální přesvědčení ovlivněné vzorci chování. Jde o to si jen uvědomit, že

problémy jsou řešitelné, a pokud dovedně využíváme své vnitřní zdroje, můžeme dosáhnout neuvěřitelných výsledků. Záleží na charakteru našich myšlenek a emocí. Zda se chceme stát **tvůrci** vlastního života, nebo raději v utkvělé představě o bezmoci nečinně reagovat na vnější okolnosti a nikdy nekončící proudy problémů. Realita **oběti** je tvořena omezeným smýšlením, které je plné strachu a obav. Role tvůrce je pozitivní náhled do jeho mysli nezapadá a nemá k němu důvěru. To je důkaz, že naší vlastní realitu tvoří jen subjektivní názor, který je omezený, a objektivita jako taková neexistuje. Každý jedinec považuje za objektivní pouze to, co je schopen vpustit do své mysli.

### **1. 3. Psychický vývoj člověka**

Psychický vývoj je proces postupné proměny jednotlivých psychických funkcí i celé osobnosti. Je ovlivněn specifickou interakcí dědičných informací a komplexu vnějších faktorů. Každý jedinec se vyvíjí v určitém sociokulturním prostředí, a množství zkušeností v tomto prostředí jeho vývoj výrazně ovlivňují. Zdrojem zkušeností je především aktuální sociální kontext, média, která prezentují danou společností uznávané normy, postoje a hodnoty. A především rodina, která dítě ovlivňuje biologicky i sociálně. Výchova dítěte je závislá na osobnosti a míře vzdělání u obou rodičů. Rané sociální zkušenosti se podílí na vytvoření bazální osobnosti dítěte. V období od prvního trimestru do třetího roku, vytváří asi 80 % nezvratných rysů osobnosti pro celý zbytek života. Zbýlých 20 % se uzavírá 6–7 rokem života. Nicméně osobnost se nadále dynamicky rozvíjí v závislosti na aktuálním sociálním kontextu, který je v moderní společnosti spoluutvářen i média, která prezentují uznané normy, postoje a hodnoty konkrétní společnosti.

### **1. 4. Emoce**

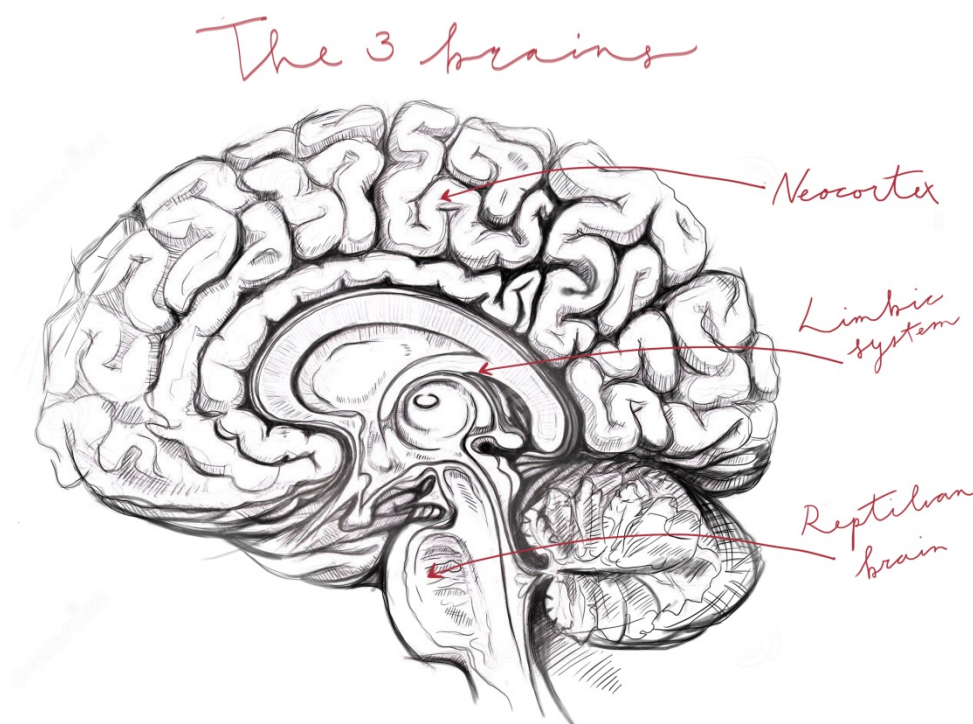
Antonio Damasio je portugalsko-americký současný neurovědec, který definuje emoce slovy:

„Emoce, například štěstí, smutek, znepokojení či pýcha, jsou uspořádaný soubor chemických a neuronálních odpovědí mozku na emočně kompetentní podnět – například na objekt nebo situaci.

Zpracování podnětu může, ale nemusí být vědomé, neboť emoční odpovědi jsou automatické. Emoční odpovědi jsou ty druhy odpovědí mozku, které evoluce připravila jako odpovědi na některé typy objektů a událostí společně s jistým rejstříkem akcí. Mozek nakonec asociuje další objekty a

události, které jsou individuální zkušenosti, s oněmi objekty a událostmi, které jsou příčinou emocí z vrozených důvodů. Tím vzniká další množina emočně kompetentních podnětů.“ [3]

Nutno dodat, že často užívaný pojem pocity není totéž, co emoce. Pocity jsou definovány pouze svou psychickou, zážitkovou kvalitou. Emoce zahrnují prožitek a celkovou psychickou i fyziologickou reakci. Dispozice k emočnímu prožívání je vrozená, vzniká spontánně, a nelze ji zásadně ovlivnit. Lze ji ale regulovat. Emoce můžeme potlačit nebo vytěsnit. Způsob emočního prožívání je geneticky podmíněný i sociokulturně ovlivněn. Dítě v průběhu socializace získává informace o tom, jaký projev je správný a nesprávný, a tato zkušenost má vliv na jeho emoce i chování. Na vzniku emočních prožitků se podílí **tři systémy**, které jsou sjednocené a koordinované. (obr. 1)



Obr. 1.

1. Kmenový mozek (reptilian brain) se od evoluční etapy plazů a ještěřů fyziologicky ani biologicky nevyvinul, má na starost bazální reakci, – přežít, a přispívá k základnímu **rozlišení** různých signálů podle jejich emočního významu.

2. Limbický systém je centrum emocí a vzorců, které dodává emočnímu signálu obsah a umožňuje na něj **reagovat**. Jedná automaticky a rychle. Interpretuje vzpomínky a s nimi spojený emoční prožitek.
3. Vývojově nejmladší část mozku, – mozková kůra, u člověka představuje jeho nejvýznamnější oddíl. Analyzuje a **vyhodnocuje** význam emoční reakce.

#### **1. 4. 1 Strach – Oběť**

Jak již bylo konstatováno, emoce jsou subjektivní prožitky, které mají za následky fyzické a psychologické změny, jenž v důsledku ovlivňují naše chování a myšlení. Emocionalita je spojena s řadou psychologických jevů včetně temperamentu, nálady, motivace a osobnosti. [4] Strach vzniká jako reakce na reálné nebo pouze domnělé nebezpečí. Jde o normální reakci, která má jedince v přítomném okamžiku připravit na útěk, únik nebo obranu. Akutní strach může člověku mnohdy zachránit život, jelikož jedním ze základních hormonů stresové reakce je adrenalin, díky kterému tělo dokáže podávat extrémní výkony. Při stresové reakci působí adrenalin spolu s kortizolem proti sobě a podílí se tak na udržení organismu při životě. V jednoduchosti kortizol zvyšuje v zátěžových situacích hladinu krevního cukru a krevního tlaku, a tím brání před poškozením od účinků adrenalinu. [5]

Pokud je ale mozek nucen dlouhodobě reagovat na stres, vede to dříve či později k fatálním následkům, které způsobují úmrtí. Dlouhodobě zvýšená hladina kortizolu, má vliv na hormony štěstí, který sníží přenos nervových vzruchů, tj. nedostatečné množství serotoninu a oxytocinu v těle. To způsobuje změny nálad, poruchy spánku, podrážděnost, agresivitu a celkovou depresi. V tomto případě už se nejedná o strach, ale o chronický stres. Je prokázáno, že pokud budete dlouhodobě negativně myslet, a žít v negativním prostředí, narušíte schopnost mozku produkovat již zmíněné hormony serotonin a oxytocin, což způsobí depresi.

Pojem „stres“ je používán ve velmi rozmanitých významech. Jedná se o typ zátěže, kdy nějaká rušivá okolnost působí na organismus a psychiku jedince v období realizace cílové činnosti a svým působením výrazně narušuje její optimální, či zdárný průběh, i přesto, že je jinak plně v silách a schopnostech daného jedince danou cílovou činností bez větších problémů a obtíží realizovat. Nejprizmatičtější psychickým symptomem prožívání stresu je

úzkost a nejistota. V tomto stavu se myšlenková aktivita orientuje na vedlejší rušivé vlivy což tyto emoce ještě více prohlubuje, a to převážně v místech, kde přichází do úvahy možnost různých způsobů, cest řešení úkolů, a dosahování cílů. **Na rozhodování a výkon negativně působí i představivost a fantazie, co vše může nastat.** [6]

Role oběti jsou lidé, kteří mají utkvělou představu o tom, že jsou bezmocní, ublížení, jsou plní zloby, a chybí jim sebevědomí. Pasivně vyčkávají, kam je život dovede.

*„Definice šílenství je dělat stejnou věc znovu a znovu a očekávat jiné výsledky.“*

— Albert Einstein

Pokud se pokusíte takového člověka přesvědčit o tom, že má moc nad svým životem a vůli ho změnit, pravděpodobně vám bude odporovat, protože v něm probudíte pocit viny a strach z vlastního pocitu selhání. Lidé, kteří si nevěří, smýšlejí negativně, a mají tendenci obviňovat a kritizovat, v první řadě všechny ostatní a poté i sebe.

Pozitivní i negativní zkušenosti mají významný vliv na míru a kvalitu úzkosti, nervozita, spojená s předvídáním možného selhání, může být i pozitivním podnětem k motivaci k většímu úsilí, a tak vést k předejití nezdaru. Nezáleží na tom, co se nám v životě děje, ale jak se k tomu postavíme. Tím se dostáváme k dalšímu bodu.

#### **1. 4. 2 Radost, Víra – Tvůrce**

*„V žádném případě nikdy nezapomenu, jak jsem se jedné noci probudil, protože se můj spící soused převaloval a hlasitě sténal zřejmě pod dojmem nějakého hrůzného snu. Už už jsem chtěl svého trýzněného kamaráda probudit. Hned jsem se však svého záměru ulekl a rychle jsem stáhl zpátky ruku, která se už natahovala, aby spáčem zatřásla. Neboť v té chvíli jsem si jasně uvědomil, že žádný sen, ani ten nejstrašnější, nemůže být horší než realita, která nás v lágru obklopovala a k jejímuž bdělému vědomému prožívání jsem někoho hodlal probudit.“* [7]

— V. Fankl

Viktor Emil Frankl strávil během druhé světové války tři roky v koncentračních táborech v nelidských podmínkách. A hned po osvobození v roce 1945 vydal knihu o svých zkušenostech, která nese název: „A přesto říci životu ano“ Už jen samotný titul mnohé vypovídá. Tato strašná zkušenost mnohým otevřela cestu k porozumění smyslu vlastního života. Podle Frankla je utrpení součástí každého života. I v beznadějně situaci, z níž není úniku, vidí za jistých okolností smysl. [8]

Role tvůrce si uvědomuje, že nese plnou zodpovědnost za všechny události ve svém životě, ať už jsou pozitivní či negativní. Takový člověk je pokorný a respektuje druhé bytosti. Dokáže odpustit sobě i ostatním. Nemá problém se sebeovládáním, vždy řeší hádky a konflikty moudře, a s rozvahou. Je vděčný a vnímá krásu v maličkostech. Z negativních emočních prožitků si bere ponaučení a žije v přítomném okamžiku. Jeho pozornost je orientovaná na východiska a řešení. Na rozdíl od role oběti, která je orientovaná především na problém.

Lidé, kteří rádi jednají pozitivně, dosahují lepší výsledky, zakoušejí méně stresu, méně litují svých rozhodnutí, mají větší sebekázeň a dokážou být mnohem vytrvalejší. Tyto kvality přispívají k tomu, že se náš svět stává lepším místem k životu. Pozitivní psychologii dáváte signál svému podvědomí, že jste zaměřeni na činy a připraveni tvořit. [9]

Mozek je neuroplastický a otiskují se do něj neurospojení a kognitivní procesy, které přicházejí z vnějších vlivů, kterým věnujete pozornost. Mozek věří, že se doopravdy děje i to, na co pouze myslíte. Každá naše myšlenka posiluje určitá neurospojení v mozku, a ta spouští odpovídající biochemii v těle. Tzn. pokud myslíte na něco pozitivního, posilujete tím kladná neurospojení a kladnou biochemii.

Mnoho lidí si pozitivní jednání zaměňuje s ezoterikou, či „sluníčkářstvím“. Myslí si, že lidé s pozitivním myšlením potlačují negativní emoce a že mají potřebu být dokonalí, žít a vidět na světě jen kladné aspekty. Kdyby tomu tak bylo, byli by na tom všichni stejně špatně. Negativní emoce k nám patří, jsou součástí celku a je normální je mít. Když si je nechceme přiznat a potlačujeme je, potlačujeme tím i základní lidský princip. Negativní emoce souvisí s přijetím sebe jako celku, pomáhají nám poznat lépe sebe sama a svět kolem nás.

*“Štěstí není honba za určitými krásnými okamžiky. Štěstí je to, že víme, co je v životě správné a dobré, což z krátkodobého hlediska občas znamená vstoupit i do nepříjemného, ale z dlouhodobého hlediska nás to činí šťastnými. My si totiž pleteme štěstí s něčím, co je pro nás nedosažitelné, ale štěstí je*

*vlastně schopnost vést dobrý život. To obnáší přijmout i to nepříjemné a být ochotný udělat i nepopulární změny. V tom většinou vězí ty zkoušky a hodně lidí ty pomyslné dveře neotevře.”*

*Janka Chudlíková [10]*

## **2. Reflexe a dokumentace procesu tvorby**

### **2.1 Popis výsledného díla a jeho využití**

Od doby, kdy jsem vypracovala zadání bakalářské práce uplynula dlouhá doba, a mnohé se změnilo. Ze začátku jsem chtěla reflektovat dětskou tvorbu, v porovnání s tvorbou dospělého jedince v podobě skic nebo kreseb. Nicméně tyto podněty jsem v závěru použila pouze jako inspiraci (Příloha č.1), jelikož prezentace práce cizích lidí, by byla jaksi neuchopitelná, a těžko uvěřitelná. Jak jsem již v úvodu zmínila, důležité je, být otevření k vlastním emocím a objektivně nahlížet sami na sebe, dříve, než začneme studovat emoce a příčiny chování ostatních. Začala jsem tuto teorii praktikovat na sobě. Rozhodla jsem se vytvořit dvě malby, jedna zobrazující pozitivní jednání a druhá negativní. Chtěla jsem si pozitivní emoce sama navodit, pomocí meditace, relaxace a mozkových vln, které mají různou frekvenci, a tedy přímý vliv na stav naší psychiky, nálady a myšlenky. Pro člověka jsou mozkové vlny Alfa považovány za nejzdravější. Probouzí se intuice a kreativita. Aktivují se obě mozkové hemisféry, a dochází zde ke kontaktu s nevědomím. V této frekvenci tělo produkuje zdraví prospěšné hormony. [11]

Aplikovala jsem tyto metody, a po sléze jsem se snažila dělat skicy spjaté se příjemnými prožitky a zkušenostmi. Vedu si deník vděčnosti a zaznamenávám své emoce, myšlenky, a dokonce i své sny, abych se v nich lépe orientovala. Ale do deníku píšu i své negativní emoce, protože pro mě osobně je to nejefektivnější způsob, jak své emoce ventilovat a ulevit si od psychické bolesti. Díky tomu jsem si všimla, že negativní emoce mají u mne stále převahu, i když to postupem času upadá. V březnu 2020 po vyhlášení nouzového stavu jsem začala dělat autentickou tvorbu, začala se v mých skicách objevovat souvislá příběhová, znázorňují v nich každodenní situace času stráveného v karanténě s mojí rodinou. Ať už šlo o



negativní nebo pozitivní momenty. Experimentovala jsem s různými kombinacemi, způsoby a formami kreseb.

Nakonec jsem pro svou finální práci zvolila akvarel. Akvarel je barva snadno rozpustná ve vodě, a není zcela krycí. Líbí se mi tato technika malby, spočívající v nanášení barvy na vlhčený podklad, díky které se barva rozpívá a vytváří určitý efekt. Nicméně mé předchozí zkušenosti s akvarelem jsou minimální. A jak už to v tradičním českém přístupu bývá, byla jsem skeptická a vytvářela si v hlavě katastrofické scénáře. Naštěstí se mi podařilo tyto myšlenky a emoce rozklíčovat a ovládnout je dříve, než jsem se samostatnou prací začala. Pomocí skic, které jsem vytvořila v průběhu karantény, jsem vytvořila dva finální návrhy pro plátno.<sup>[12]</sup> Plátna jsem zvolila dvě, v rozměrech 190 cm x 160 cm. Savý šeps by měl vytvořit adekvátní podklad pod akvarelovou barvu. Na obou plátnech je ve střední části situovaná postava znázorňující ženu, kolem které můžete vidět linie směřující do různých směrů, které zároveň slouží jako propojení obou obrazů, jež jsou navzájem ovlivňovány. Jeden obraz by nefungoval bez druhého. Po celém rozměru plátna jsou situovány prvky, objekty či lidé, které jsou s postavou úzce spjaté.

## Seznam použitých zdrojů

### A) Knižní a periodická literatura

- VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. Praha: Karolinum, 2004. ISBN 80-246-0841-3.
- <sup>[6]</sup> MIKŠÍK, Oldřich. *Psychologická charakteristika osobností*. Praha: Karolinum, 2001. Str. 212  
ISBN 80-246-0240-7.
- ŠULOVÁ, Lenka. *Raný psychický vývoj dítěte*. Praha: Karolinum, 2004. ISBN 80-246-0877-4.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Lidské emoce*. Praha: Academia, 2000. ISBN 80-200-0763-6.
- <sup>[3]</sup> KOUKOLÍK, František. *Mozek a jeho duše*. 3., rozš. a přeprac. vyd. Ilustroval Vladimír RENČÍN. Praha: Galén, c2005. Makropulos. ISBN 80-7262-314-1.
- <sup>[9]</sup> HILL, Napoleon. *Síla pozitivního jednání*. Přeložil Eva ZAHRADNÍČKOVÁ. Praha: Dobrovský, 2017. Knihy Omega. ISBN 978-80-7390-169-1.
- <sup>[7]</sup> FRANKL, Viktor Emil. --a přesto říci životu ano: psycholog prožívá koncentrační tábor. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. ISBN 80-7192-095-9.

### B) Internetové zdroje

- <sup>[1]</sup> NOVÁK, Ondřej. 4. 2. 2014 Biopsychosociální jednota – dostupné na:  
[https://wikisofia.cz/wiki/Determinace\\_osobnosti](https://wikisofia.cz/wiki/Determinace_osobnosti)
- <sup>[2]</sup> KEILOVÁ, Věra. 6. 6. 2020 rozhovor pro flowee.cz – dostupné na: <https://www.flowee.cz/planeta/6682-jan-rak-realitu-si-kazdy-vytvari-podle-sebe-az-si-to-uvedomime-bude-tu-raj>
- DRTINOVÁ, Daniela. 9. 7. 2019 rozhovor s Janem Rakem pro DVTV – dostupné na: <https://video.aktualne.cz/dvtv/existujeme-jen-tady-a-ted-minulost-a-budoucnost-je-trochu-il/r~ef0d3084a0c211e9b16b0cc47ab5f122/>
- <sup>[4]</sup> EKMAN, Paul. Základní emoce 1. 7. 2020 – dostupné na:  
[https://cs.wikipedia.org/wiki/Z%C3%A1kladn%C3%AD\\_emoce\\_podle\\_P.\\_Ekmana](https://cs.wikipedia.org/wiki/Z%C3%A1kladn%C3%AD_emoce_podle_P._Ekmana)
- MUDr. ŠÁCHA, Pavel. Stresový hormon 21. 1. 2015 – dostupné na:

<https://www.celostnimedicina.cz/stresovy-hormon.htm>

- [5] Adrenalin, 12. 10. 2019 – dostupné na:  
<https://cs.wikipedia.org/wiki/Adrenalin>
- [8] Dát životu smysl, Logoterapie – dostupné na:  
[https://cs.wikipedia.org/wiki/Viktor\\_Frankl#cite\\_note-8](https://cs.wikipedia.org/wiki/Viktor_Frankl#cite_note-8)
- [10] HÝŽOVÁ, Michaela, rozhovor s J. Chudlíkovou. – dostupné na:  
<https://pozitivni-zpravy.cz/koucka-janka-chudlikova-cesi-se-musi-ke-stesti-probudit/>
- DRTINOVÁ, Daniela. rozhovor s Jankou Chudlíkovou pro DVTV – dostupné na:  
<https://video.aktualne.cz/dvtv/dvtv-25-3-2018-janka-chudlikova-daniel-anyz/r~481b75384f1911e9a305ac1f6b220ee8/>
- [11] Mozkové vlny – dostupné na: <https://www.wikiskripta.eu/w/Elektroencefalografie>  
<https://www.mentem.cz/blog/mozkove-vlny/>  
<https://cestarelaxace.cz/mozkove-vlny/>  
<http://www.alfa-aplikace.cz/stavy-vedomi/>

## RESUMÉ

In my thesis, I try to point out the influence of our emotions and how to handle them by basic knowledge of how the brain works in decision making. Our reality is formed by our emotions, thoughts, and deep-rooted moral beliefs influenced by value patterns of behavior. The point is to just realize that problems can be solved, and that if we skillfully use our internal resources, we can achieve incredible goals. It depends on the nature of our thoughts and emotions, whether we want to become the **creators** of our own lives, or whether we prefer to react idly by the fixed notion of helplessness to external circumstances and never-ending streams of problems in the role of the **victim**.

As an medium for this message I chose a watercolor painting. On both canvases, there is a figure in the middle depicting a woman, around whom you can see lines pointing in different directions, and also serves as a connection between the two images, which are influenced by each other. One image would not work without the other. Elements, objects or people that are closely connected with the figure are situated along the entire size of the canvas. The observers should be aware of the difference between the painting and at the same time it might help them to be more interested in themselves.

## **SEZNAM PŘÍLOH**

1. Obrázková příloha č.1 - Dětské kresby
2. Obrázková příloha č.2 Skicy
3. Obrázková příloha č.3 - Návrhy
4. Obrázková příloha č.4 Proces
5. Obrázková příloha č.5 Finální dokumentace

Příloha č.1

Dětské kresby – inspirace











Příloha č.2

Skicy - autentická tvorba







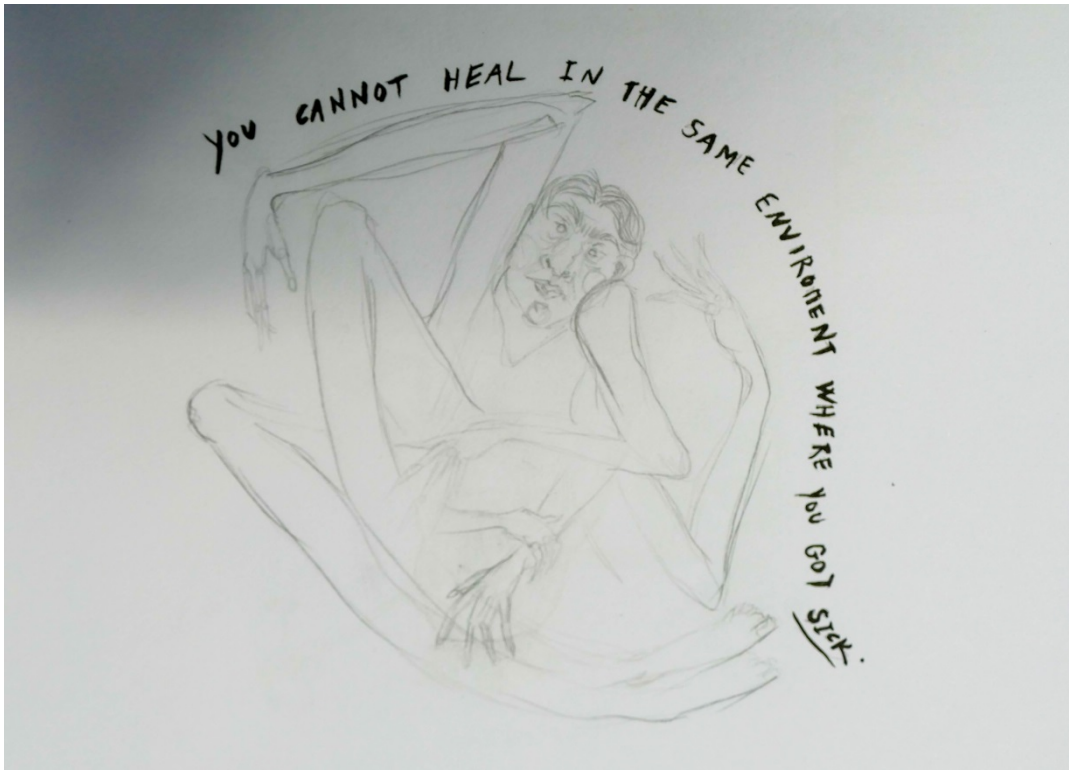


IF YOU CAN'T GO OUTSIDE



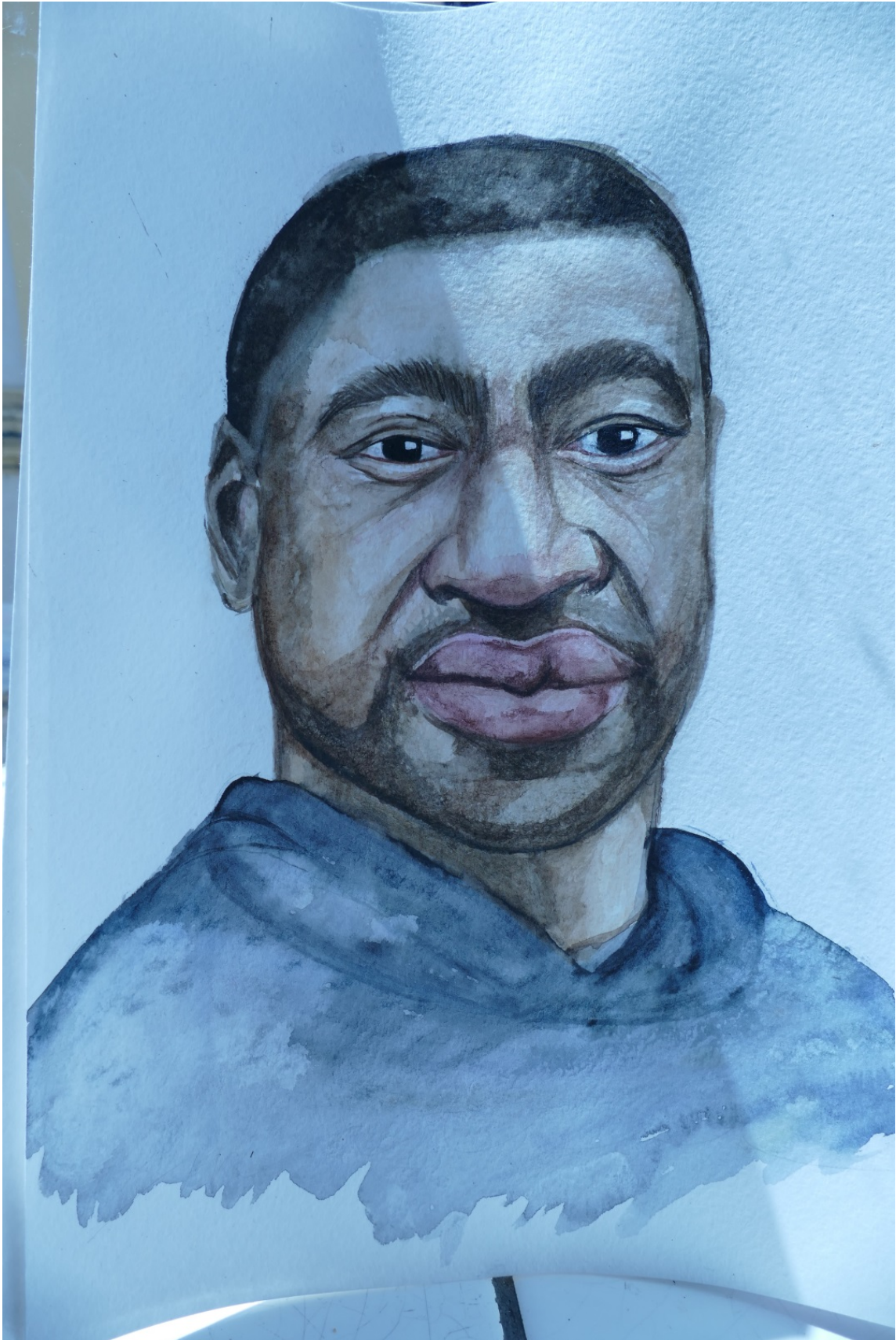
GO INSIDE







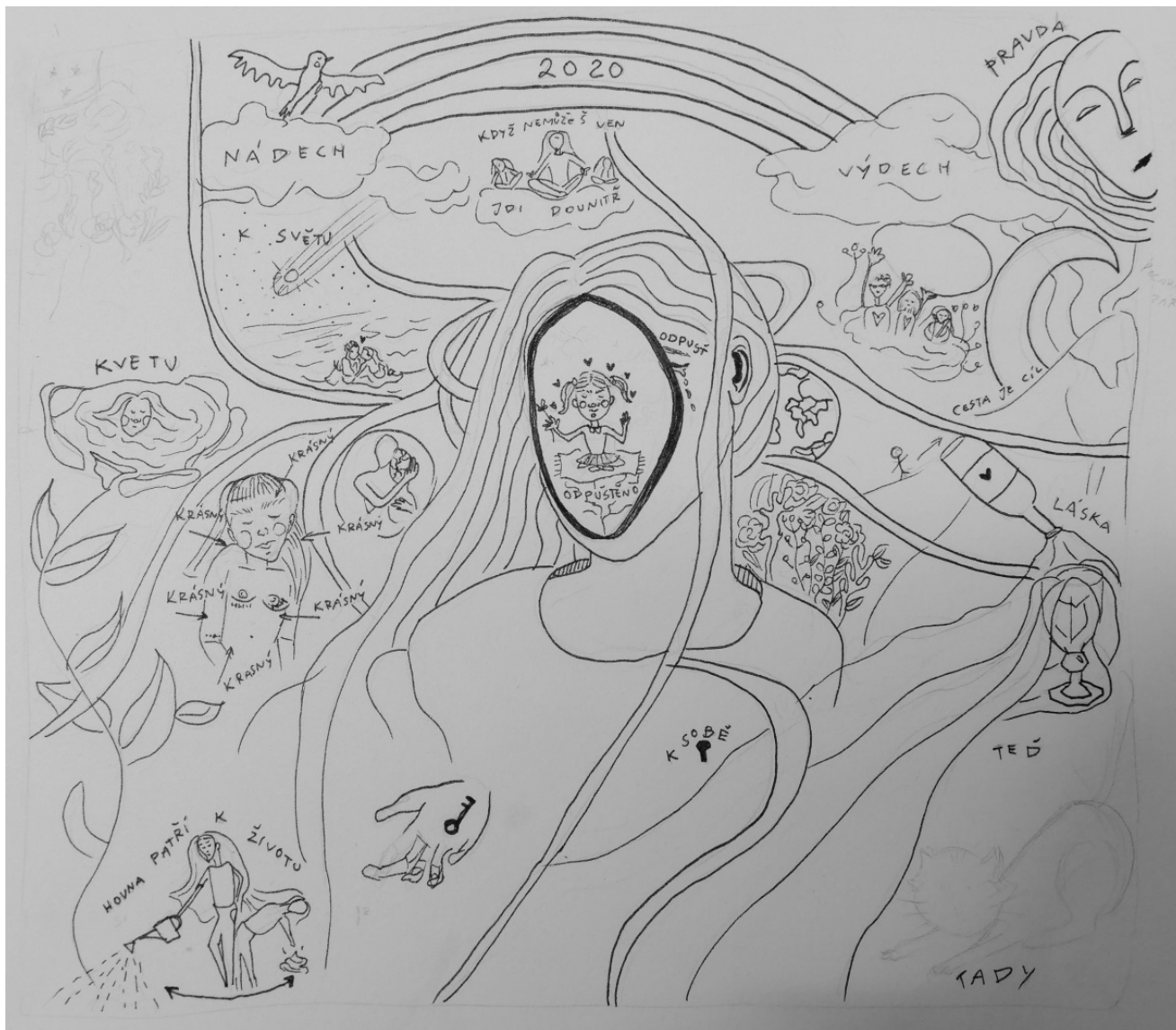




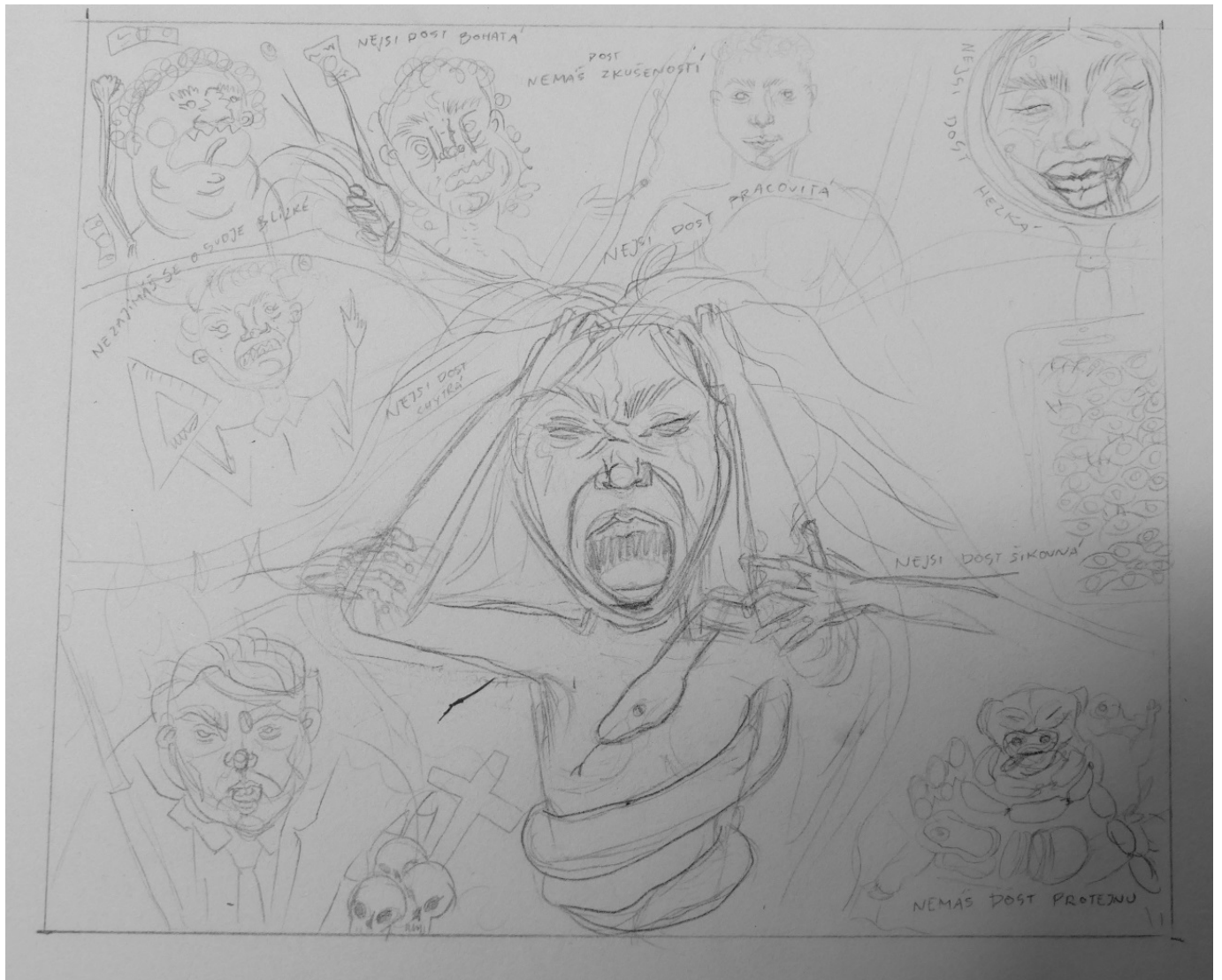


Obrázková příloha č.3

Návrhy







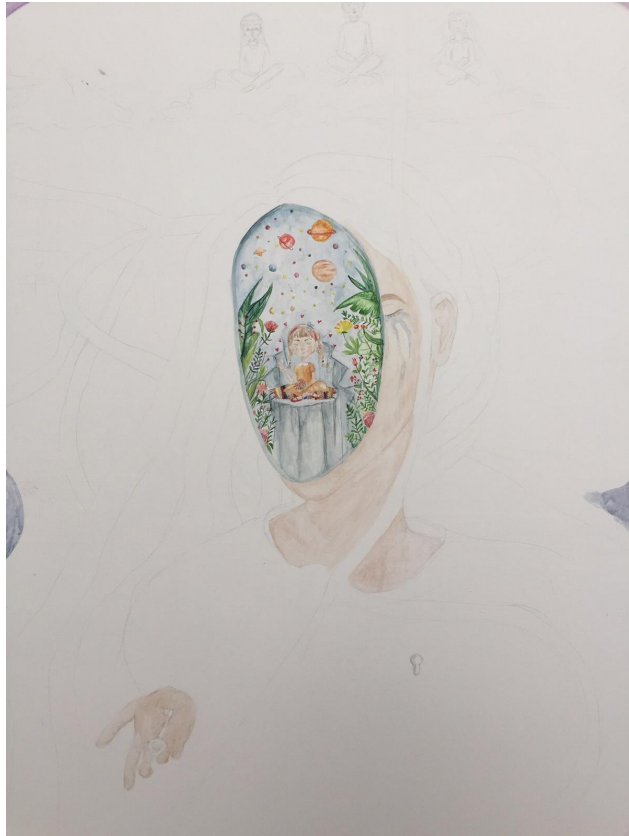
Obrázková příloha č.4

Proces

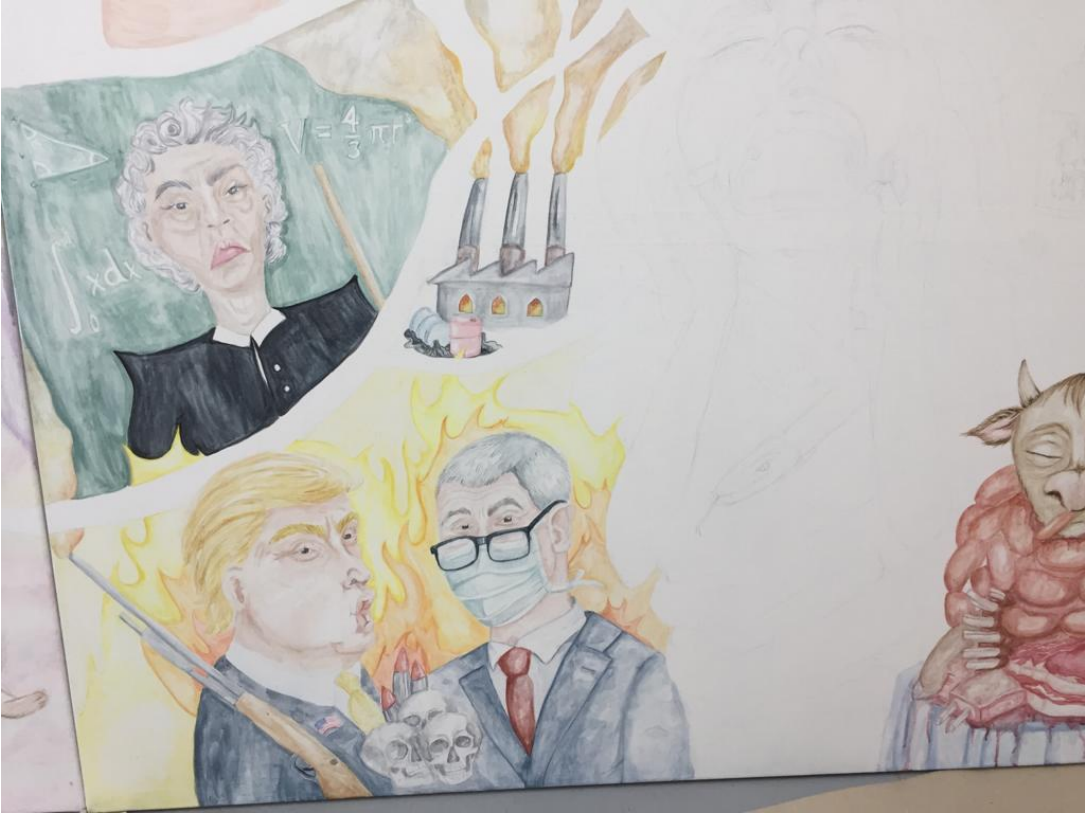
















Obrázková příloha č.5

Finální dokumentace































