



Slovo starostky

Dobrý den, držíte v rukou první vydání Zpravodaje roku 2023.

Rok to bude, jak se zdá, opět velmi náročný, zdražování a nejistota doléhá na mnoho lidí. Proto bych vás ráda

upozornila na leták uvnitř Zpravodaje s kontaktem na linku Člověka v tísní – kde vám poradí, na jakou dávku máte nárok a jak o ni požádat. Pokud nezládáte platit účty, nebojte se informovat o možnostech pomoci. Není to ostuda, je to vaše právo.

I my – zastupitelé, jsme se snažili vám vyjít maximálně vstříc, a proto se kromě pronájmu Kulturáčku nic nezdražilo.

Poplatek za odpady i pejska, nájemné obchodu a kadeřnictví – vše zůstalo stejné jako v loňském

roce, abychom zachovali v obci služby, které se po léta osvědčily.

Rádi pro vás budeme chystat po celý rok akce, kde se budete moct pobavit a zapomenout na každodenní starosti, kterých je čím dál víc. Přehled akcí najdete v kalendáři na konci Zpravodaje. Výlety do přírody si můžete naplánovat i na stránkách sdružení Český ráj, odkaz také najdete uvnitř tohoto vydání, stejně jako význam slova Prepperství, které vám představí ve svém článku Ondřej Franz.

Také se již blížíme k žádosti o stavební povolení ke stavbě kanalizace-investorem je obec Čtveřín. Za tímto účelem bude během března a dubna obcházet vaše domovy technik, který s vámi probere podrobnosti a technické parametry, včetně souhlasu s napojením. Souběžně se stavbou kanalizace bude provedena částečná rekonstrukce vodovodu - investorem této akce je Severočeská vodárenská společnost. Předběžný termín provádění stavebních prací: 2025-2027.

Průběžné informace budou poskytovány na veřejných zasedáních Zastupitelstva obce.

Děkuji, že jste dočetli až sem a přeji vám hodně elánu, zdraví, optimismu, sluníčka a dobré nálady. Pokud není cokoli jasné, nebojte se na mě obrátit. I. Šerpánová



Termíny svozu velkoobjemového odpadu pro rok 2023 :

- **Sobota 25. 3. 2023**
- **Sobota 27. 5. 2023**
- **Sobota 9. 9. 2023**
- **Sobota 21. 10. 2023**

Čas: 9:00 – 12:00 hod.
Místo: u obecního úřadu!



Velkoobjemový odpad je ten, který se nevejde do běžné popelnice:

- Nepotřebný nábytek, kočárky
- Koberce, lino, matrace
- Bytové doplňky, umyvadla, zrcadla apod.



Velkoobjemový odpad není:

- Stavební suť
- Pneumatiky
- Bio odpad
- Nebezpečný odpad, léky, tonery apod.

Velkoobjemový odpad lze na místo dovážet pouze v určený den a čas.

Odpadové hospodářství v obci

Děkuji všem, kteří třídí odpad, hodně jste se v tomto ohledu někteří zdokonalili. Odpadové hospodářství obce přesně určují a specifikují Vyhlášky obce, které najdete na webu www.ctverin-doubi.cz - nicméně opakování je matka moudrosti – proto opět zveřejňuji letáček: Jak správně třídit odpady a „co kam patří“.

DO PAPIRU PATŘÍ:

- noviny, časopisy
- kancelářský papír
- reklamní letáky
- knihy, sešity, vřadice
- lepenka, kartón
- papírové obaly (např. sáčky)
- nevalší papír a kancelářským sponkám
- není ani nutné odstraňovat foliové obkazy z obalůk

DO BÍLÉHO PAPIRU PATŘÍ:

- láhve od nápojů
- skleněné věšáky
- láhvevé sklo
- není nutné rozbíjet
- nemusí se odstraňovat zátky a víčka
- do zatepleného kontajneru patří barevné sklo a do čístejšeho bílé sklo. Pokud máte v obci zateplený kontajner, patří tam jak barevné, tak čístejš. sklo

DO NÁPOJOVÝCH KARTONŮ PATŘÍ:

- nápojové „krabice“ od džusů, mléka a mléčných výrobků, ovoc. nápoje, protlaků, hotových omáček, apod.

DO ŠEDÉHO PYTLÉ PATŘÍ:

- PET láhve od nápojů (pročist, nezapomeňte je sešlápnout!)
- kelímky, sáčky, fólie
- výrobky a obaly z plastů
- polystyren

PAPÍR

- noviny, časopisy, nebo jinak značičný papír
- utěrky a vložkový papír
- použité plenky a hygienická prostředky

SKLO směs

- keramiku
- porcelán
- autoklas
- drátěné sklo
- zrcadla

NÁPOJOVÉ KARTONY

- nápojové kartony značičné zbytky potravin (pokud je vypláchnete vodou a zmáčknete, pak je můžete vhodit do kontajneru na nápojové kartony)

PLASTY

- novodurové trubky
- obaly od nebezpečných látek (motorové oleje, chemikálie, barvy, apod.)

Další informace o třídění a recyklaci na jaktridit.cz

Víte kam ?
s rozbitou varnou konvicí, žehličkou, baterií, mobilem

OBEC ČTVERÍN

je zapojena do projektu „Zelená obec“ a díky tomu můžete odevzdat drobná elektrozařízení a baterie do sběrného boxu. Box najdete na OÚ - zelená popelnice.

Recyklaci přispíváte k ochraně našeho životního prostředí.

www.zelenaobec.cz

REMA

Připomínám, že oranžové a šedé pytle na KOVY a TETRAPAKY jsou pro vás připraveny na OÚ zdarma, pytle se odkládají do kovové klece na sběrném místě u přejezdu pod obecním úřadem „Na kopečku“.

V roce 2022 jsme v obci společně vytrídili tyto položky v tunách a kilogramech:

Do obecního rozpočtu se za vytríděný odpad, za rok 2022 od společnosti EKO KOM, připsalo zpět 96 240,- Celkové náklady za rok 2022 na odvoz odpadu z obce, jsou 763 881,-

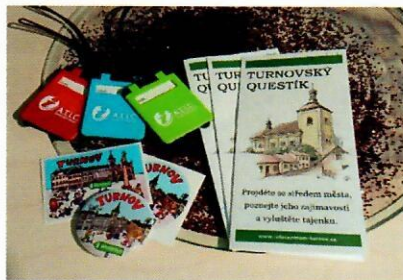
SKLO	9,5t
PLAST	6,5t
PAPÍR	12,6t
SMĚSNÝ ODPAD	89,5 t
VELKOOBJEM	11,3 t
BIO	102,5t
TEXTIL	453 kg



Informuje....

Regionální turistické informační centrum Turnov pro své návštěvníky připravilo novou hru s názvem „Turnovský questik“. Hra vás provede centrem města a seznámí vás s hlavními zajímavostmi Turnova.

Cílem hry je vylúštení tajenky, za kterou úspěšní luštitelé získají v infocentru odměnu. Hra je vhodná pro školáky i hravé dospělé. Turnovský questik si návštěvníci mohli poprvé zahrát u příležitosti Dne turistických informačních center, který proběhl 24. října 2022. Hru si můžete zahrát i nyní. Stačí si vyzvednout leták ke hře v informačním centru nebo si ho vytisknout na www.cesky-raj.info



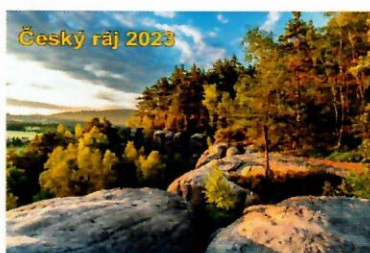
Nejhezčí kalendářík – první místo v soutěži

Kapesní kalendářík Českého ráje, který vydalo Regionální turistické informační centrum Turnov na rok 2023, získal první místo v celostátní soutěži. Do finále soutěže postoupilo více než 60 kalendáříků, ze kterých odborná porota zvolila jako nejhezčí právě ten s fotografií Betlémských skal od Pavly Bičíkové.

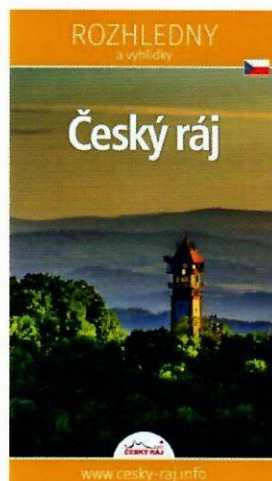
26. ročník soutěže "O nejhezčí turistickou pohlednici České republiky" a 8. ročník soutěže „O nejhezčí Turistickou vizitku, deník a kalendářík ČR“ se konal 12. 1. 2023 v Pelhřimově.

Ze soutěže tradičně vzniká putovní výstava, letos s názvem "České rekordy s Agenturou Dobrý den Pelhřimov a Nejhezčí turistické pohlednice, vizitky, deníky a kalendáříky 2023", jejíž vernisáž proběhne při veletrhu Holiday World a Region World 17. - 19. 3. 2023 v Praze Letňanech.

Na pěkném čtvrtém místě se pak umístil další kapesní kalendářík turnovského infocentra a to kalendářík s fotografií hradu Valdštejna od Petra Šedivého.



Sdružení Český ráj vydalo na podzim novou vyhlídky Českého ráje. Materiál stručně známých rozhleden z celého regionu a vyhlídky, hradní a zámecké vyhlídky z ochozů místa dalekých rozhledů.



tiskovinu – Rozhledny a představuje 14 zmiňuje také skalní či věži a nenechá ani www.cesky-raj.info

HASIČI RADÍ OBČANŮM

Dopravní nehody v zimě



Zimní podmínky každoročně přináší zvýšené nároky na řidiče i vozidla více než v jiných ročních obdobích. Hrozba nehody je při jízdě na sněhu a ledu 15krát větší než v létě.

Na co si dát pozor před cestou? Nezapomínat na řádné očištění vozidla od sněhu a námrazy. Malé průzory v čelním skle nejsou pro bezpečný výhled z vozu zdaleka dostačující. Před jízdou odstranit ze střechy padající sníh a led z vozidla, kvůli kterému může dojít k dopravní nehodě. Používat zimní pneumatiky. Pro jízdu na sněhu bychom je měli hustit o cca 20 kPa více než v létě.

Udržujte správný odstup. S tvorbou náledí musíme nejčastěji počítat v lesních úsecích, na mostech a ve vyjetých podélných stopách. Odstup mezi vozidly je důležité udržovat větší než na suché vozovce

A co když uvázneme na silnicích v koloně? Mysleme na to, že při jízdách na delší vzdálenost je dobré mít plnou palivovou nádrž, ve vozidle deku, případně teplé nápoje. Při jízdě do horských oblastí nezapomeňme na zimní řetězy, lopatu a trochu písku vhodného k podsypání kol vozu uvízlého na zledovatělé vozovce.

Co dělat při dopravní nehodě?

Zastavit vozidlo a vypnout motor, dále označit místo dopravní nehody výstražným trojúhelníkem nebo použít varovné světelné ukazatele, obléct si reflexní vestu. Při hromadné dopravní nehodě opustit co nejdříve vozidlo a nezdržovat se v blízkosti havarovaných vozidel (nejlépe za svodidla). Pokud by hrozil výbuch nebo požár, je nutné, aby všechny osoby opustily nebezpečný prostor. Dopravní nehodu je třeba nahlásit na tísňovou linku 150 nebo 112. Důležité je sdělit konkrétní místo nehody a jaké jsou viditelné následky, např. zranění, požár, únik kapalin. K orientaci Vám poslouží vědět, odkud kam jedete (směr jízdy), na kterém kilometru se nacházíte, který sjezd, návěstí či kilometrovník jste minuli, jaké číselné označení má přejezd nebo jaké výrazné krajinné prvky se nacházejí v blízkosti (stromořadí, rybník...). Ve městě si pak můžete navíc všimnout názvů ulic, čísel popisných domů, čísel pouličních lamp. Popřípadě můžete využít např. aplikace z mobilního telefonu a nahlásit konkrétní souřadnice GPS. Nezapomeňte, „Šťěstí přeje připraveným!“

autor: **kpt. PhDr. Tomáš Beneš**
HZS Libereckého kraje

Máte očipovaného psa?



Povinné čipování psů je zavedeno od roku 2020. Mikročip z bioskla má velikost zrnka rýže a pejskovi se zavádí v oblasti krku či lopatek. Zavedení čipu pod kůži je velmi jednoduché a rychlé. Čip není nebezpečný a pes při aplikaci pociťuje stejnou bolest jako při běžném očkovaní. Celková cena samotného čipu se dle výrobce pohybuje v rozmezí 150 – 500 Kč + poplatek za aplikaci u Vámi zvoleného veterináře. Za neočipovaného psa hrozí majiteli pokuta 20.000 Kč.

Co je nejdůležitější je **REGISTRACE**, která bohužel povinná není. Ale bez registrace čipu není možné při nálezů psa dohledat majitele. Registrů je mnoho a je samozřejmě na Vás, jaký si vybere. Nejznámější a největší registr je Národní registr majitelů zvířat <https://www.narodniregistr.cz>. Na tomto registru jsou operátoři 24 hodin denně včetně víkendů a svátků a v případě, že je zvíře registrované, okamžitě po

nahlášení nálezů psa, informují majitele. Je také důležité údaje na registru pravidelně aktualizovat v případě změny telefonního čísla či bydliště. Registrace zvířete je jednorázově zpoplatněna na 198 Kč. Označit čipem můžete i kočku a zaregistrovat stejným způsobem. To však povinné není, ale rozhodně doporučuji. Ráda pomůžu s registrací: adela.chlupacova@sancezvivotum.cz.

Bc. Adéla Chlupáčová

Prepperství: Životní styl i nastavení mysli?

Jedná se pouze o hru, nebo o skutečný boj o přežití? Otázkou ohledně zvládnutí náročné životní situace, ochrany majetku a zdraví se zajisté alespoň okrajově zabýval každý z nás. Už od dětství nás táboroví vedoucí učili poradit si s nepřízní počasí i jak si v přírodě v rámci limitovaných podmínek připravit oběd. Náročná situace s celosvětovou pandemií Covidu-19 i válečný stav na Ukrajině činí tohle téma stále aktuálním. Co vše se ukrývá pod tajemným pojmem prepping?

Kdo je prepper?

Je to osoba, která se systematicky a aktivně připravuje na stav mimořádné nebo krizové situace či apokalypsy, a to i v okamžiku, kdy jí bezprostřední nebezpečí nehrozí. Označení „prepper“ je odvozeno z anglického slovesa „to prepare“, což v překladu znamená „připravit se“. Co bylo podnětem pro tuto činnost? O tom je možné diskutovat. Přírodní katastrofy postihují naši planetu a lidstvo od nepaměti, ale za tímto ochranným stimulem hledejme spíše strach z válečného, a především jaderného útoku.

Co je to vlastně prepperství?

Jedná se o **životní postoj**, nebo **životní styl**? **Prepperství nebo survalismus** není pouze shromažďování trvalých potravin, vody, ozbrojování se a vytváření životního prostoru ve sklepě či bunkru. Ve své podstatě vychází z náboženské ideologie, která se snaží zachovat křesťanství. Myšlenkou je spojení s dalšími lidmi, neboť jednotlivec je snáze zranitelný.

V širším kontextu se jedná o **hledání technik a cest**, jež mají pomáhat k psychickému i fyzickému přežití obyvatelstva v náročných životních situacích. **Prepper se má stát naprosto nezávislou bytostí**. Naučit se bojovat s nepřízní osudu a dokázat si poradit bez přímé pomoci státu.

Mnoho z nás si doma upeče svůj vlastní chléb, vypěstuje si veškeré ovoce a zeleninu, popřípadě přemýšlí o zakoupení fotovoltiky. Energetická krize je reálným strašákem, který v současnosti obchází Evropu. **Účelem je být připravený**. Začít s přípravou v okamžiku kdy už jsou energie odpojené, je opravdu velmi pozdě.

Prepperství v České republice

Jak se mi Češi díváme na tuto problematiku? Být připravený na krizovou situaci může být velmi prospěšné, pokud uvažujeme o prevenci a pokud možno co nejlepším zvládnutí náročného momentu. Nejen loňské tornádo, ale i nepravidelně opakující se záplavy na našem území nás nutí přemýšlet do hloubky o této problematice. Základem by měl být **etický pohled**. Proškolení v oblasti první pomoci, uchování potravin a hospodaření s nimi, zvyšování fyzické zdatnosti i každodenní cvičení. Inspiraci a postupy již dnes můžete hledat v časopisech, na webových stránkách i specializovaných e-shopech.

Mnoho z nás si zajisté s nostalgií vzpomene na svá školní léta, nácvik rychlé evakuace školní budovy či nasazování plynové masky. Prepping však není pouze o nácviku rychlého úniku. Ve své podstatě má hledat hlubší podstatu našeho bytí i porozumění si s ostatními lidmi.

Jak přežít v přírodě?

Člověk vždy toužil po souznění s přírodou. I dnes si užíváme příjemné chvíle na zajímavých místech naší planety a hledáme cesty ke změnám v životním stylu, abychom se jí ještě více přiblížili. Jídlo z bio potravin, omezování příjmu masa, jednodenní půst, nošení oblečení z přírodních materiálů i trávení více volného času mimo naše domovy nás tomuto ideálu více přibližují.

Znát techniky přežití v přírodě může být zajímavou zkušeností. Ačkoli každý z nás sice není nadšeným trampem, můžeme se řízením osudu stát účastníky dopravní nehody, která nás donutí jednat a hledat způsoby, jak přežít ve volné přírodě. Inspiraci a tipy ohledně zvládnutí náročných a výjimečných situací a zasvěcení do problematiky preppingu najdete v knize **Vojtěcha Štrby** s názvem **Prepping aneb Buďte připraveni**.

Komunitu prepperů nevnímejte pouze jako sdružení nějakých náboženských fanatiků s utkvělou představou o hrozící apokalypse. Pokud se na jejich aktivity i životní filozofii podíváte více do hloubky zjistíte, že prepping vás může naučit mnoho užitečných dovedností. Každá lidská činnost přece vyžaduje plánování a kvalitní přípravu. Prepping pro vás může představovat i životní výzvu.

Ondřej Franz



**Člověk
v tísni**

Nezvládáte platit účty za bydlení, například nájem, energie, vodu? Stát nabízí pomoc v podobě příspěvku na bydlení. V nouzi se obraťte na help linku 770 600 800.

Člověk v tísni se proto rozhodl vést informační kampaň zaměřenou právě na tuto konkrétní pomoc a poradenství své help linky.

Naším cílem nyní je dostat informaci o příspěvku na bydlení a podpoře naší help linky především k většímu množství seniorů, které považujeme za nejzranitelnější skupinu. Z průzkumu výzkumné organizace PAQ Research vyplývá, že **38 % seniorských domácností nárok má, čerpá však jen zlomek z nich. Oslovujeme ale i samoživitele nebo nízkopříjmové rodiny.** Ti všichni se mohou v nouzi obrátit na help linku, kde je náš tým vyslechne a poradí, jak konkrétní situaci nejlépe řešit. Na základě příjmů a výdajů spojených s bydlením poradce může spočítat, jestli má klient nárok na příspěvek, jak vysoký by mohl být a poradí, kde a jak si o něj zažádat. V komplikovanějším případě může propojit i s pracovníkem Člověka v tísni v terénu, pokud v jejich lokalitě působí. **„Příspěvek na bydlení považujeme za nejúčinnější pomoc a prostřednictvím sdělovacích prostředků na to upozorňujeme dlouhodobě. V tuto chvíli se snažíme cílit i na lidi, kteří ale třeba nesledují denní zpravodajství v televizi nebo na internetu, žijí osaměle, mohou být imobilní a vyplňování formulářů vzdávají už předem, protože jsou pro ně příliš složité. A na větší pomoc vytížených pracovníků úřadů práce se mohou stěží spolehnout,“ doplňuje Hůle.**

Nezvládáte platit účty za bydlení,

např. nájem, energie, vodu?

Stát nabízí pomoc – **příspěvek na bydlení.**

Pokud za bydlení dáváte měsíčně více než 30 % příjmů domácnosti, může pomoci i vám.

Volejte na help linku
Člověka v tísni

tel.: 770 600 800
po-pá 9-17 hod.

- Řekneme vám, jestli na příspěvek máte nárok.
- Spočítáme, v jaké výši.
- Poradíme, jak a kde si o něj zažádat.
- Nemusíte vše řešit sami.

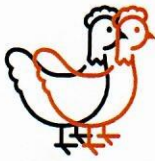
Než zavoláte, připravte si přehled všech příjmů domácnosti a nákladů za bydlení (nájem, vyúčtování energií a služeb).



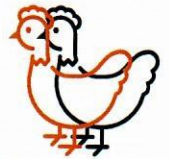
jakprezidluhy.cz/energie
clovekvtsini.cz

Člověk v tísni

Prodej slepiček



Drůbež Červený Hrádek oznamuje prodej slepiček snáškových plemen **Tatra hnědá, Dominant - černý, modrý, bílý, žlutý, kropenatý, Green Shell typu Arakauna, Dark Shell typu Maranska.**



Stáří 15 – 20 týdnů. Cena od 255.- Kč/ks. Dopravné 189.- Kč. Změnu ceny si prodejce vyhrazuje. Prodáváme slepičky z našeho chovu, odchované na hluboké podestýlce. Prodej se uskuteční ve dnech: **5., 11., 19. a 25. března, Čtveřín – u autobusové zastávky v 14:40 hod a 16., 22. a 30. dubna, Doubí – u Jednoty – v 17:45 hod**. Slepičky si můžete dopředu objednat na uvedených číslech Po-Pá 9.00 – 16.00 hod, Tel. 601 576 270, 728 605 840. Leták najdete na vývěskách, na webových a facebookových stránkách obce.



Již přes 28 let realizuje Diakonie Broumov, sociální družstvo myšlenku pomoci sociálně potřebným lidem. Hlavním prostředkem k uskutečnění tohoto cíle jsou dnes tradičně organizované sbírky použitého ošacení. Dovolte nám touto cestou vyjádřit naše upřímné po-

**PROSÍME VŠE ZABALENÉ
V IGELITOVÝCH OBALECH,
NÁDOBÍ V KRABICÍCH**

děkování za Vámi darovaný materiál či uspořádanou sbírku. Podáním pomocné ruky můžeme naopak my pomoci lidem v sociální nouzi, ve které se nacházejí. Důležitým aspektem činnosti Diakonie Broumov je také ochrana životního prostředí. 95 % Vámi darovaného textilu smysluplně využijeme, ať již k zmíněné materiální pomoci, tak i k další recyklaci. Jsme vděční za Vaše úsilí a čas, který nám věnujete. Jste nezbytnou součástí našeho týmu, protože právě díky Vám můžeme realizovat naše poslání: „Nepotřebné věci potřebným.“

Co můžete darovat

Veškeré oděvy

dámské, pánské, dětské – nepoškozené s fungujícími zipy

Obuv

nepoškozená (zavázaná v igelitové tašce)

Kabelky, batohy

pouze nepoškozené a s funkčním zipem

Lůžkoviny, prostěradla, ručníky, utěrky

čisté i mírně poškozené

Přikrývky, polštáře a deky

pouze péřové

Záclony, závěsy

nepoškozené

Látky

minimálně 1 m čtvereční, prosíme, nedávejte nám odřezky a zbytky látek

Menší elektrospotřebiče

mohou být i nefunkční

Knihy

ideálně dětské, ale i pro dospělé čtenáře

Co nemůžeme přijmout

Znečištěný a vlhký textil

nelze poskytnout potřebným

Ledničky, televize, počítače

z ekologických důvodů

Nábytek

nemáme skladovací prostory

Jízdní kola, kočárky, nádobí, skleničky, porcelán

transportem se znehodnotí

Matrace, koberce

z hygienických důvodů

Sbírka na Obecním úřadě Čtveřín:

Pondělí 6. 3. 2023 a Středa 8. 6. 2023 v 8:00 – 12:00 a 13:00 – 16:00.

Jiný čas předávání věcí do sbírky po dohodě na tel. 603 572 273.



Hospůdka v Chaloupkách Vás srdečně zve 10. 3. 2023 společně oslavit MDŽ. V RETRO atmosféře nebude chybět živá hudba, dobré jídlo a malé překvapení pro každou ženu. Začátek od 17 hodin. **Rezervace možná na tel. 603791123.**

Havlínová

Akce roku 2023 – leden-červen:



4. 3. – MAŠKARNÍ KARNEVAL
PRO DĚTI **VESMÍR 14:00 –**



28. 4. – ZÁJEZD POLSKO



4. 3. – POZEZENÍ PRO SENIORY
OD 18:00



28. 4. – ČIŠTĚNÍ NÁDRŽE
DOUBÍ



12. 3. – BRUSLENÍ 9:30 – 10:30
ZIMNÍ STADIÓN TURNOV



30. 4. – PÁLENÍ ČARODEJNIC



25. 3. - SBĚR
VELKOOBJEMOVÉHO ODPADU



27. 5. – SBĚR
VELKOOBJEMOVÉHO ODPADU



1. 4. – VELIKONOČNÍ
DÍLNÍČKA



3. 6. – DĚTSKÝ DEN



6. 4. – ZÁJEZD ZAHRADA
ČECH

OBEC ČTVEŘÍN

Obecní zpravodaj Čtveřín – Doubí

Vydává: Obec Čtveřín, Čtveřín 95, 463 45 Pěnčín, IČ 00672092, TISK: AGENTURA PROMOTION, V. O. S

Vydávání povoleno Ministerstvem kultury ČR pod ev. Č. MK ČR E 19913, telefon: 485 146 118, e-mail: www.ctverin-doubi.cz, web: www.ctverin-doubi.cz, Facebook: Obec Čtveřín a Doubí. Distribuce zdarma občanům Čtveřína a Doubí. Informace o zpracování osobních údajů je k dispozici na www.ctverin-doubi.cz, Podepsané články nemusejí vyjadřovat názor redakce a zastupitelstva.
Redaktor: Tomáš Goroš. e-mail: redakce111@gmail.com.