```cpp
///////////////////////////////////////////////////////////////////////////
///////////////////////////////////////////////////////////////////////////
//                            UTILITIES 121                                //
//                            utilities121.h                               //
//                                                                         //
// Written By :                         Environment :                      //
// Date ......:                         Compiler ...:                      //
///////////////////////////////////////////////////////////////////////////
///////////////////////////////////////////////////////////////////////////
#ifndef UTILITIES121_H
#define UTILITIES121_H

///////////////////////////////////////////////////////////////////////////
//                              #includes                                  //
///////////////////////////////////////////////////////////////////////////
#include <string>
#include <vector>

///////////////////////////////////////////////////////////////////////////
//                         Function Declarations                           //
///////////////////////////////////////////////////////////////////////////
void pause(void);
char lowChar(char);
char upChar(char);
std::string upperStr(std::string const&);
std::string lowerStr(std::string const&);
void clearScreen(void);
std::string toStr(int);
std::string toStr(double);
int getInt(int low, int high, std::string const& prompt);
double getDouble(double low, double high, double tolerance, std::string const& prompt);

///////////////////////////////////////////////////////////////////////////
///////////////////////////////////////////////////////////////////////////
#endif
```