

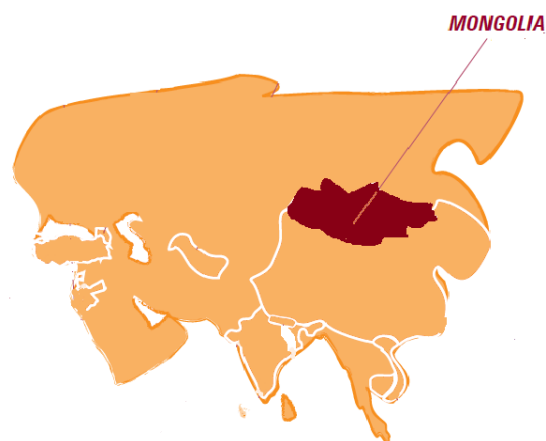
MONGOLIA₂₀₂₁

La cultura nomade

Viaggio di 15 giorni



Il programma di viaggio può subire variazioni determinate dall'andamento della pandemia di Covid-19.



In qualunque periodo dell'anno, per un minimo di anche 2 sole persone.

Il periodo migliore rimane comunque da maggio a ottobre, specialmente in concomitanza con il Festival del Naadam che ha luogo nella seconda decade di luglio.

Perché viaggiare responsabile?

Un viaggio di turismo responsabile si basa su principi di equità economica, tolleranza, rispetto, conoscenza e incontro.

Porta a visitare le bellezze naturali, storiche e artistiche del paese visitato, unendo al viaggio incontri con gli abitanti delle località visitate, rendendo il viaggio un'imperdibile occasione di conoscenza, di approccio ad altre tradizioni, usi e costumi, in un'ottica di scambio culturale.

Un viaggio responsabile si prefigge come obiettivo primario il sostegno delle economie dei paesi visitati, per ottenere ciò si utilizzano, per quanto possibile, servizi offerti da operatori locali selezionati, questo fa sì che la maggior parte dei proventi turistici rimanga sul posto.

Le comunità visitate sono protagoniste nella gestione del viaggio o di una parte di esso, nonché dirette beneficiarie dei risultati economici che ne derivano.

IL VIAGGIO:

Un incredibile viaggio in una nazione affascinante ed ancora sconosciuta, terra di religione e sciamanesimo, per conoscere la cultura dell'unica popolazione al mondo interamente nomade: i Mongoli. La Mongolia, grande 5 volte l'Italia, ospita solo 3 milioni di abitanti. Ne risulta la nazione a più bassa densità demografica del mondo, dalle genti fiere e riservate ma allo stesso tempo curiose e disposte all'apertura. Un paese dove il sacro si confonde con il profano, dove l'abilità non si misura solo con la forza e la si impara da piccoli. Accompagnati da guida locale che farà da interprete e da mediatore culturale visiteremo questa nazione cercando di assaporare i molteplici aspetti che essa offre.

È un viaggio di



Il viaggio inizia ad **Ulaanbaatar**, la capitale, e dopo un tour culturale della città ci dirigeremo verso il Monastero di **Amarbayasgalant** e al **lago Ugii**, nel mezzo della steppa mongola. Andremo alle **sorgenti termali di Tsenkher**, e poi nel piccolo paese di **Tsetserleg** per visitare il museo del monastero. Il viaggio continua con escursioni alle sorgenti termali, dove potremo rilassarci bagnandoci nell'acqua calda, escursioni a piedi e a cavallo, per poi dirigerci a **Karakorum**, dove visiteremo l'antico **monastero di Erdene-Zuu**, con le sue 108 stupa, e il Museo di Karakorum. Visiteremo poi il **Monastero di Ongi**, testimone storico della repressione politica degli anni '30, in cui i suoi templi vennero distrutti e i lama imprigionati. Ci sposteremo poi verso **Bayanzag**, attraversando i meravigliosi e vasti paesaggi mongoli, fino a raggiungere le **Flaming Cliffs** (scogliere fiammeggianti) nel deserto dei Gobi, dove potremo vedere fossili di dinosauri. Con la catena montuosa dei Gobi – Altai, ci sposteremo poi verso le **Singing Sands**, le Dune che cantano, e la **Valle di Yol**, dove visiteremo il Museo di Storia Naturale, prima di fare una passeggiata per scoprire le bellezze naturali dell'area. Vedremo poi le iscrizioni rupestri di **Khavtsgait** dell'Età del Bronzo (4.000 – 3.000 a.C.), e avremo l'occasione di entrare in contatto con una famiglia di pastori, da cui potremo capire di più sullo stile di vita della gente che vive nelle immense terre desolate della Mongolia, osservandoli nelle loro attività quotidiane e gustando diversi prodotti tipici locali.

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO: partenza dall'Italia

2° GIORNO: Italia – Ulaanbaatar

Arrivo a Ulaanbaatar. Incontro con la guida, trasferimento e check-in in hotel.

Visita della città, con la sua Piazza Sukhbaatar, intitolata a Damdiny Sukhbaatar, l'eroe rivoluzionario che nel 1921 dichiarò l'indipendenza dalla Cina. Segue la visita al Monastero di Gandan, il più grande e più famoso monastero ancora attivo in Mongolia.

Qui si potrà vedere l'impressionante Statua Dorata del Buddha Migjid Janraisig e avere l'opportunità di scorgere i monaci in preghiera e meditazione. Tempo permettendo si visiterà il Museo dei Dinosauri, famoso per la sua collezione di scheletri rinvenuti in tutta la Mongolia, e poi si apprezzerà la fantastica vista sull'intera città dalla collina del Memoriale Zaisan.

La sera, cena di benvenuto in un ristorante locale.

Pernottamento in hotel.

3° GIORNO: Ulaanbaatar – Amarbayasgalant

Dopo colazione, partenza verso il **monastero di Amarbayasgalant**, nella provincia di Selenge, nel nord-ovest della Mongolia. Nel tardo pomeriggio, visita a questo centro religioso buddista che è uno dei più belli e importanti della Mongolia, costruito nel 1737 e dedicato a Zanabazar, il primo imperatore-lama, scienziato e grande scultore, la cui salma fu trasferita nel centro nel 1779. Il monastero è uno dei più grandi della Mongolia, e il secondo più importante, dopo di quello di Erdene Zuu.

Pernottamento presso *gher camp**.

4° GIORNO: Giornata nomade

Oggi è previsto un tour di un'intera giornata in famiglia ideato per sperimentare uno stile di vita nomade in via d'estinzione e scoprire il modo in cui i popoli della Mongolia vivono dai tempi del grande Chiggins Khan. C'è la possibilità di rimanere a dormire una notte con le persone nomadi nei loro *gher*, abitazioni tradizionali mongole, e dare un'occhiata alle stelle attraverso il tetto dei *gher* provando il vero spirito nomade.

Pernottamento presso *gher familiari***.

5° GIORNO: Amarbayasgalant – Lago Ugii

Dopo colazione, guideremo fino al **Lago Ugii**, che è un lago di acqua dolce immerso nella steppa, ricco di specie di pesci e uccelli. Ci godremo un piacevole pomeriggio passeggiando intorno al lago, e godendoci un po' di **birdwatching**.

Pernottamento presso *gher camp*.

6° GIORNO: Lago Ugii – sorgenti termali di Tsenkher

Dopo colazione al campo, si viaggia fino alle **sorgenti termali di Tsenkher**. Sulla strada ci fermeremo per una pausa nella piccola città di **Tsetserleg** per visitare il museo del monastero. Arriveremo poi al *gher camp*, vicino a una sorgente termale naturale. Ci riposeremo nelle sue calde acque, godendoci una passeggiata sulle colline.
Pernottamento in *gher camp*.

7° GIORNO: Karakorum – Monastero di Erdene Zuu

A Karakorum, visiteremo **Erdene Zuu**, il più antico monastero del Paese, costruito nel 1586 e circondato da un lungo muro da cui si ergono 108 stupa, numero considerato sacro nel buddismo. Il monastero fu eretto sui resti e le rovine dell'antica capitale dell'Impero Mongolo, **Karakorum** appunto, costruita sulla sponda destra del fiume Orkhon e sui pendii a nord-est della Montagna Khangai dal Khan Chinggis nel 1220. Karakorum non fu solo la capitale del vasto Impero Mongolo, ma anche l'epicentro e uno dei fulcri principali sulla Via della Seta. Al tempo, la maggior parte degli abitanti erano soprattutto mercanti e artigiani venuti da tutte le parti del mondo. Nel momento in cui il Khan Kublai spostò la capitale dell'Impero Mongolo in Cina, dando vita alla Dinastia Yuan, la città iniziò a perdere la sua importanza. Nel 1379 la città fu fortemente danneggiata durante un attacco dell'esercito della Dinastia Min. E' un sito dichiarato Patrimonio dell'Umanità dall'Unesco e intitolato Paesaggio Culturale della Valle dell'Orkhon.

Il monastero di Erdene Zuu fu fortemente danneggiato dalle continue guerre che scossero l'area nel XVII secolo e, non ultimo, venne quasi distrutto in epoca sovietica. Dal 1944 il monastero è sotto la tutela dello stato mongolo, ed ospita tra l'altro un interessante museo che racchiude le testimonianze dei diversi periodi storici che ha attraversato la Mongolia.

Visiteremo il museo di Karakorum e scopriremo il periodo del grande impero mongolo.
Pernottamento presso *Gher camp***.

8° GIORNO: Monastero di Erdene Zuu – Tempio di Ongi

Partenza verso il sito archeologico del **Monastero di Ongi**, che fu il più importante centro buddista della regione dei Gobi. Durante la repressione politica degli anni '30, i monaci che vivevano in questo luogo furono condannati ed imprigionati, ed i due templi che costituivano questo monastero furono distrutti.
Pernottamento presso *Gher camp***.

9° GIORNO: Tempio di Ongi – Valle di Yol

Nella mattinata guideremo fino alla **Valle di Yol**. Scopriremo di più sulle specie animali che vivono in questo paese nel Museo di Storia Naturale, prima di effettuare una camminata rilassante attraverso la valle per scoprire i suoi habitat. Questa valle è incastonata tra colline ed è un paradiso protetto dalla calura del deserto. Larga all'inizio, si stringe poi gradualmente fino a divenire una gola. Si potranno avvistare diverse specie di animali selvatici, fra cui pecore selvatiche, stambecchi, avvoltoi... Sarà possibile giungere fino alla gola a dorso di cavallo o cammello, o semplicemente facendo un piccolo trekking.
Pernottamento presso Gobi Nomad Lodge.

10° GIORNO: Valle di Yol – Dune di Khongor

Dopo colazione, viaggeremo ammirando gli scenari mozzafiato della **Catena Montuosa dei Gobi–Altai**, fino alle svettanti **dune sabbiose di Khongor Els**, tra cui le famose "Dune che cantano", le dune di sabbia più alte e spettacolari della Mongolia, alcune delle quali arrivano fino a 800 metri di altezza. Queste dune spettacolari devono il loro nome al suono fatto dalla sabbia che si muove per effetto del vento. Isolate dal resto del Paese, le dune che cantano rimangono il tesoro più prezioso ed ancora inviolato della Mongolia.
A dorso di cammello, si attraversano le dune prima di ritornare al *gher camp*.
Pernottamento in *gher camp***.

11° GIORNO: Dune di Hongor

Trascorreremo la giornata esplorando la zona delle **dune di sabbia** che proseguono per chilometri, dando la sensazione di essere infinite. C'è una bellissima oasi verde conosciuta come

Seruun bulag vicino al Fiume Khongor. Ritourneremo al campo, dove potremo godere il silenzio e la pace della sera nel **Deserto dei Gobi**.
Pernottamento in *gher camp**.

12° GIORNO: Dune di Hongor – Khavtsgait Petroglyphs

Nella mattinata raggiungeremo a piedi le **incisioni rupestri di Khavtsgait**, risalenti all'Età del bronzo (4000-3000 a.C.), magnificamente incise su diverse rocce sulla cima di una montagna sacra (*le incisioni si raggiungono con un breve trekking di 15-20 minuti*).

I petroglifi, incisi e dipinti, raffigurano animali legati alla quotidianità degli antichi popoli: cervi, orsi, lupi... e cacciatori! Altre incisioni raffigurano scene di yak che trainano carri, pastori a cavallo, lupi che cacciano bestiame... Incisioni di pochi centimetri e anche figure raffigurate in dimensioni reali...

Nota bene: l'area è molto rocciosa, e può essere scivolosa ed impervia, quindi si consiglia di indossare scarpe appropriate e seguire con attenzione il percorso che conduce ai petroglifi.

Visiteremo poi una **famiglia di pastori** per conoscere più da vicino la loro quotidianità, fatta di mungitura di cavalle e capre, fare e sistemare recinzioni, cucinare...

Opportunità perfetta per provare il latte di cavalla fermentato e altri prodotti caseari tipici.

Pernottamento presso Gobi Nomad Lodge.

13° GIORNO: Khavtsgait Petroglyphs – Flaming Cliffs

Faremo colazione al Lodge. Dopo pranzo e un po' di riposo raggiungeremo Bayanzag, chiamata dal popolo "Le Flaming Cliffs" (i **faraglioni fiammeggianti**), faraglioni che risplendono alla luce del sole e possono per questo essere visti in lontananza.

Faremo una breve passeggiata sulla cresta del faraglione dove Roy Chapman compì scavi e ricerche trovando, per la prima volta in Asia, scheletri e uova di dinosauro, e cammineremo tra i bassi arbusti saxaul, dal cui nome deriva la denominazione della località Bayanzag, che significa proprio "ricco di saxaul". Quest'area è un rifugio per gli scienziati di storia naturale in quanto la zona è ricca di fossili di dinosauri. Nel tardo pomeriggio torneremo al Lodge per cenare e passare la notte.

Pernottamento presso Gobi Nomad Lodge.

14° GIORNO: Volo per Ulaanbaatar

Dopo la colazione, trasferimento all'aeroporto di Dalanzadgad per il volo fino a Ulaanbaatar.

Si avrà il tempo di visitare il **museo del Palazzo di Inverno di Bogdo Khaan**, che fu la casa dell'ultimo sovrano mongolo, Javzun Damba Khutagt VII. Il museo contiene diverse opere d'arte buddiste e la collezione privata di Bogdo Khan, composta dai doni ricevuti da governatori e sovrani provenienti da tutto il mondo. Le opere d'arte esposte furono eseguite da mastri scultori mongoli, tibetani e cinesi del XVIII e XIX secolo e rappresentano le divinità del pantheon buddista.

In serata ci sarà una cena di saluto con spettacolo di danze folcloristiche.

Pernottamento in hotel.

15° GIORNO: Ulaanbaatar - Italia

Dopo colazione, partenza da Ulaanbaatar con volo di linea.

***Gher Camp:** si tratta di campi turistici attrezzati, con bagni, doccia calda, lenzuola pulite e ristorante. Si ispirano all'abitazione tradizionale mongola, fatta in tende di feltro.

****Gher familiari:** si tratta di famiglie che vivono in *gher* (tenda in feltro, abitazione tradizionale dei popoli nomadi della Mongolia) e che, avendo delle *gher* in più (solitamente 4 o 5), le mettono a disposizione dei viaggiatori. Qui è necessario avere un sacco a pelo (oppure avvisarci in anticipo, in modo che ve lo facciamo procurare).

Manca l'acqua corrente ed il bagno non c'è... quindi bisogna arrangiarsi "en plain air" ...

I pasti vengono preparati dagli accompagnatori.

Il programma di viaggio può subire variazioni sia per quanto riguarda gli incontri che l'itinerario. Tali modificazioni possono essere determinate dalla momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o da variazioni delle condizioni sociali ed ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.

MODALITÀ DI EFFETTUAZIONE DEL VIAGGIO:

Viaggio con accompagnatore locale.

Alloggio in alberghi e in *gher* (tradizionali tende mongole).

Pur viaggiando con un minivan 4x4 le piste mongole sono a volte molto rovinata dal "toule ondulée" (il fondo sconnesso delle piste caratterizzato da piccoli dossi alti all'incirca 20 cm e poco distanti tra loro) perciò il viaggio potrà risultare un po' faticoso.

E' richiesto ai partecipanti di portare in viaggio un sacco a pelo (per le notti presso le famiglie).

PREZZO DEL VIAGGIO a persona, in camera doppia

La partenza è garantita anche per un minimo di 2 sole persone ed i prezzi diminuiranno via via all'aumentare del numero di viaggiatori.

Calcolato su 2-5 persone: € 2.865 + volo aereo

Calcolato su 6-9 persone: € 2.705 + volo aereo

Calcolato su 10-12 persone: € 2.495 + volo aereo

Costo volo aereo a partire da € 800 (tasse incluse)

Il programma e costi devono intendersi come indicativi, in quanto definiti sulla base della normale programmazione, l'andamento della pandemia da Covid-19 potrebbe costringerci a modificarli.

Programma e costi verranno confermati prima dell'iscrizione e della firma del contratto di partecipazione al viaggio.

**I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 eur = 1.20 usd
Una variazione significativa del cambio comporterà un necessario adeguamento come previsto dalle normative in materia.**

La quota comprende:

- Tutti i trasferimenti come da programma, inclusi i costi per autista e benzina
- Volo domestico Dalanzadgad – Ulaanbaatar
- Pernottamenti come da programma
- Tutti i pasti (colazioni, pranzi e cene)
- Accompagnatore in lingua inglese
- Ingressi nei musei, monasteri, parchi indicati nel programma
- Assicurazione medico-bagaglio (massimale medico € 50.000)
- Assicurazione contro annullamento del viaggio
- Assicurazione integrativa: **Annullamento viaggio All Risk + coperture complete Covid-19** di Compagnia NOBIS Assicurazioni SpA

La quota non comprende:

- Volo internazionale
- Bevande
- Visto d'entrata in Mongolia, € 60 (<http://monembrome.mn/italy/index.php?moduls=36>)
- Mance, facchinaggi, esigenze individuali ed eventuali escursioni facoltative
- Eventuale supplemento singola (facoltativo) - presso le famiglie non sarà in nessun caso possibile prevedere una soluzione individuale
- Escursioni facoltative a dorso di cavallo e cammello (circa 6-7 usd a persona, all'ora)
- Tutto quanto non menzionato nella voce "La quota comprende"

Nota: La cifra stabilita prevede un certo tipo di vitto e alloggio e nel caso si desiderino delle sistemazioni diverse, il maggior valore sarà a carico del cliente.

NOTIZIE UTILI

Capitale: Ulaanbaatar

Superficie: 1.565.000 Km²

Lingua: mongolo

Documenti: è necessario il passaporto con validità residua di almeno sei mesi e IL VISTO CONSOLARE, che deve essere ottenuto in Italia prima della partenza.

Vaccinazioni: nessuna vaccinazione è obbligatoria per andare in Mongolia. Consigliata la vaccinazione contro l'epatite A.

Formalità valutarie: La valuta ufficiale mongola è il togrog (il cui simbolo è T, Tg o MnT).

Non è consentito uscire dal Paese con una somma superiore a quella dichiarata in entrata.

Il dollaro statunitense e l'Euro sono le valute straniere preferite, accettate nella capitale anche per piccole transazioni commerciali. Le carte di credito hanno una diffusione molto limitata (grandi alberghi e alcuni ristoranti e negozi), mentre sono quasi del tutto sconosciute al di fuori della capitale.

Situazione sanitaria: la qualità del servizio sanitario in Mongolia è bassa, specialmente fuori Ulaanbaatar, ed è raro trovare degli ospedali al di fuori della capitale. Evitare il consumo di prodotti alimentari crudi o poco cotti, soprattutto pollame ed uova. Lavarsi frequentemente le mani con sapone disinfettante in particolare se si è in contatto con animali. Portare farmaci di primo soccorso.

Fuso Orario: 7 ore avanti rispetto all'Italia, 6 durante l'ora legale.

Sicurezza: Il tasso di criminalità a Ulaanbaatar è purtroppo in aumento anche nei confronti degli stranieri. L'aeroporto, i mercati, i magazzini di stato, i centri commerciali (soprattutto), i mezzi pubblici ed i luoghi frequentati dai turisti sono frequentati da scippatori. È consigliabile tenere i valori sotto custodia. Merita segnalare che bisogna fare attenzione a prendere solo i taxi ufficiali, evitando quelli abusivi che sono in gran numero a Ulaanbaatar. Non è consigliabile prendere taxi con due persone a bordo.

Trasporti: la rete viaria interna al Paese non è molto sviluppata: la Mongolia possiede circa 1.800 Km di ferrovie e meno di 2000 Km di strade asfaltate.

Clima: il freddo e il vento sono i veri padroni della Mongolia per sette mesi l'anno. Le temperature scendono fino a 40 gradi sottozero nella capitale e a -60 nella taiga. Gli effetti più devastanti si manifestano con lo *zud*, il fenomeno che permea di ghiaccio il terreno impedendo alle mandrie di pascolare: ogni anno si registrano milioni di morti tra bovini e ovini, la principale fonte di sostentamento dell'economia mongola. Le condizioni meteorologiche impediscono per diversi mesi l'anno gli spostamenti e anche i soccorsi alle popolazioni colpite. Da giugno ad agosto esplose un'estate gradevolissima, con clima asciutto e salubre e fino a 25-30 gradi sopra lo zero. Anche in questa stagione breve il vento è protagonista: quello fresco del nord e quello tiepido dal Gobi. Vi abituerete a essere sospinti da minuscoli e improvvisi tornado di polvere. I mesi di luglio e agosto sono anche quelli più piovosi: frequenti acquazzoni si abbattono sulla steppa, rendendo le piste talvolta disagiati.

Popolazione: la densità della Mongolia è la più bassa dell'intero pianeta, meno di due persone per chilometro quadrato!!! Eppure la ricchezza delle sue genti è straordinaria. Oggi vivono in Mongolia circa venti gruppi etnici, con caratteristiche e tradizioni differenti.

Tradizioni: oltre la metà della popolazione mongola vive nelle *gher*, le tradizionali tende che sopravvivono da migliaia di anni nelle sterminate steppe del Paese, ma anche ai margini della capitale. Una *gher* è bellissima da vedere, biancheggia nel verde del paesaggio mongolo, ma è anche un piccolo capolavoro di tecnica e funzionalità, già sottolineate da Erodoto nelle sue descrizioni delle popolazioni nomadi. Una *gher* deve garantire una protezione al gelo estremo ma deve anche essere sufficientemente leggera e agevole da montare e smontare per i continui spostamenti. Inoltre deve rispondere a precisi connotati religiosi e tradizionali. Sono

come dei monolocali di circa 20 metri quadrati. Una grata circolare in legno di salice (*hana*) costituisce la parete interna da cui partono dei pali di sostegno (*uni*) che s'incontrano alla sommità della tenda terminando in una calotta (*toono*) con un piccolo tubo che ha le funzioni del camino. A sostenere la struttura interna due colonne a T (*baganas*) di solito finemente cesellate, come la porta e la panca. Il punto più alto della *gher* raggiunge i tre metri circa. La porta d'ingresso (*kalga*) è rivolta a sud, per raccogliere il calore proveniente dal Gobi, opposto al gelo del nord siberiano. La struttura è ricoperta esternamente da feltro, pelli e altro materiale impermeabile.

Ospitalità: L'ospitalità dei nomadi mongoli è proverbiale e sopravvive ai secoli. Il loro patrimonio culturale e religioso sembra immutato dai tempi di Gengis Khan, così come il loro stile di vita, essenziale, orgoglioso, una vita cadenzata dai ritmi della natura che è allo stesso tempo amica e spietata. La capitale sta invece perdendo piano piano lo straordinario retaggio millenario, assomigliando sempre più a una città occidentale.

Lingua: I più giovani, soprattutto quelli della capitale, parlano inglese, o almeno ci provano, mentre le generazioni più vecchie conoscono solo il russo perché era la lingua che si insegnava a scuola fino a una quindicina di anni fa. Molti sono i Mongoli che studiano il giapponese e qualcuno parla addirittura l'italiano.

Religione: buddismo e sciamanesimo siberiano, due affascinanti culture religiose che caratterizzano la vita sociale dei Mongoli.

Per le **condizioni contrattuali** consultate il sito internet o richiedetele in agenzia. Le stesse condizioni sono depositate presso la Provincia di Verona all'ufficio del turismo.

NOTA BENE: Si raccomanda di accertarsi di essere in possesso di tutti i **documenti** necessari all'effettuazione del viaggio (**passaporto** in corso di validità minima richiesta nei paesi visitati, eventuali **visti** e **vaccinazioni** obbligatorie).

Nel caso in cui il volo transiti per gli USA, accertarsi che il passaporto sia idoneo al transito nel territorio degli Stati Uniti e dotarsi dell'autorizzazione **ESTA**.

Verificare inoltre di essere in regola con eventuali vaccinazioni obbligatorie, in particolare ponete attenzione all'obbligo di vaccinazione contro la **febbre gialla** che viene richiesta a seconda del paese di provenienza (nel caso di permanenza in più stati).

In particolare è responsabilità del viaggiatore verificare le proprie condizioni personali e i limiti normativi di legge legati alla pandemia di **COVID-19** che possono impedire la partecipazione al viaggio.

Organizzazione tecnica:



PLANET VIAGGI RESPONSABILI
Via Vasco de Gama 12a - VERONA
Tel: 045 8342630 – 045 8948363
E-mail: viaggiresponsabili@planetviaggi.it
Skype: planet.viaggi.responsabili
www.planetviaggi.it