



WWF®

BROSZURA



JAKA RYBA NA OBIAD

Poradnik konsumenta
o rybach i owocach morza



● **Jak kupować ryby i owoce morza?** 4

● **Jak podjąć właściwą decyzję?** 6

● **Certyfikaty** 7

● **Odpowiedzialna konsumpcja ryb i owoców morza** 8

● **Obszary połowowe FAO** 12

Wykaz gatunków

Czarniak / Dorsz czarny 14

Dorada 14

Dorsz atlantycki 14

Flądra / Stornia 15

Gładzica 15

Halibut niebieski 16

Homar 16

Homarzec / langustynki 17

Kalmar 17

Karp 17

Karmazyn 18

Krab kieszeniec 18

Krewetka północna 19

Krewetka tygrysia 19

Łosoś atlantycki 19

Łosoś pacyficzny 20

Makreła atlantycka 20

Mintaj 20

Miruna 21

Morszczuk europejski 21

Okoń europejski 22

Okoń morski / Labraks 22

Ośmiornica zwyczajna 22

Panga 23

Plamiak 23

Przegrzebek zwyczajny 24

Pstrąg tęczy 24

Rak szlachetny 24

Sandacz 25

Sardela europejska 25

Sardynka 25

Sola 26

Sum afrykański,
Sum pospolity 26

Szprot 26

Śledź atlantycki 27

Tilapia nilowa 27

Troć wędrowna 27

Tuńczyk biały 28

Tuńczyk Bonito 28

Tuńczyk błękitnopłetwy 29

Tuńczyk żółtopłetwy 29

Turbot 30

Węgorz europejski 30

Włócznik / Miecznik 30

Złocica 31

Żabnica 31

● **Dodatkowe wskazówki** 32



Czy wiesz, że aż **90% światowych zasobów ryb jest przelowionych lub poławianych na najwyższym możliwym poziomie?**

Jeśli nie podejmiemy żadnych działań **za 40 lat ryb** w morzach i oceanach **może całkowicie zabraknąć!**

Pomóż chronić przyrodę
mórz i oceanów!

Wybieraj ryby i owoce morza
zgodnie z **poradnikiem**
Fundacji WWF Polska.

**Twój wybór
ma znaczenie!**



Jak kupować ryby i owoce morza?







Poradnik konsumenta „Jaka ryba na obiad?” to przewodnik po wybranych gatunkach ryb i owocach morza. Został on stworzony z myślą o tym, aby pomóc Ci w podejmowaniu świadomych wyborów podczas zakupów.

Ten sam gatunek ryby (lub innych organizmów morskich) może znajdować się w więcej niż jednej kategorii naszego poradnika, czyli „na różnych światłach” – w zależności od jego miejsca pochodzenia oraz sposobu, w jaki został złowiony: zielonym, żółtym lub czerwonym. W związku z tym, aby móc skutecznie skorzystać z poradnika WWF, musisz zdobyć trzy podstawowe informacje o kupowanym gatunku:

- 1. Jaki to gatunek?** (pomocna jest nazwa łacińska)
- 2. Skąd pochodzi?** (w jakim obszarze połowowym został złapany lub w jakim kraju został wyhodowany)
- 3. Przy pomocy jakich narzędzi połowowych został złowiony?**

Pamiętaj, że wszystkie te informacje powinny zostać Ci udostępnione! Znajdziesz je bezpośrednio na opakowaniu lub u sprzedawcy.

Zgodnie z przepisami unijnymi* zarówno produkty opakowane jak i nieopakowane powinny być oznakowane poprzez podanie następujących informacji:

-  **nazwy handlowej i systematycznej** (nazwy łacińskiej danego gatunku)
-  **metody produkcji** (złowione lub wyhodowane)
-  **obszaru połowu lub kraju produkcji** (w przypadku ryb hodowlanych)
-  **kategorii narzędzi połowowych**

* Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1379/2013 z dnia 11 grudnia 2013 r. w sprawie wspólnej organizacji rynków produktów rybołówstwa i akwakultury.

W celu ułatwienia wyboru, te same informacje umieściliśmy przy odpowiednich gatunkach w naszym poradniku.
Zwróć na nie szczególną uwagę!



Jak podjąć właściwą decyzję?

Gatunki ryb i innych organizmów morskich w poradniku podzielone są na trzy światła:



Światło ZIELONE – najlepszy wybór!

Ryby i owoce morza oznaczone tym światłem pochodzą z bezpiecznych połowów, które nie zagrażają przetrwaniu gatunków. Dzięki temu, że są dobrze zarządzane mamy pewność, że nie znikną one ze sklepów, a ich połowy lub hodowle mają ograniczony negatywny wpływ na środowisko oraz różnorodność biologiczną mórz i oceanów. Te gatunki to najlepszy wybór pod względem środowiskowym.



Światło ŻÓŁTE – zastanów się!

Istnieją powody do obaw o te gatunki lub stada. Są to ryby i owoce morza, które w wyniku obecnej presji połowowej pochodzą z połowów narażających daną populację na przełowienie lub których metoda połowu/hodowli jest szkodliwa dla środowiska. Zalecamy ograniczenie spożycia tych gatunków i sięganie po nie tylko w wypadku, kiedy gatunki z zielonej listy nie są dostępne.



Światło CZERWONE – NIE KUPUJ!

Gatunki oznaczone tym światłem pochodzą z nie zrównoważonych połowów zagrażających środowisku! Na skutek nadmiernych połowów wiele z tych stad jest zagrożonych wyginięciem. Pamiętaj o tym robiąc zakupy i nie kupuj tych gatunków ryb i owoców morza.

Robiąc zakupy
w sklepie pytaj o ryby
certyfikowane!

Certyfikaty

Certyfikat MSC (w przypadku ryb dziko żyjących) oraz **certyfikat ASC** (w przypadku ryb hodowlanych) gwarantują, że kupowana przez nas ryba została złowiona lub wyhodowana w sposób możliwie najbardziej przyjazny dla środowiska.

Ryby certyfikowane mają zielone światło WWF!



Tym logiem oznaczone są produkty certyfikowane przez MSC (*Marine Stewardship Council*). Certyfikat ten gwarantuje, że dana ryba pochodzi ze zrównoważonych połowów, które spełniają surowe normy środowiskowe ustalone przez MSC. Jeśli to możliwe, wybieraj ryby z tym certyfikatem. Po więcej informacji wejdź na:

www.msc.org/pl



Tym logiem oznaczone są produkty pochodzące z hodowli ryb, które otrzymały niezależny certyfikat ASC (*Aquaculture Stewardship Council*), przyznawany hodowcom prowadzonym w sposób odpowiedzialny. Jeśli to możliwe, wybieraj ryby hodowlane z tym certyfikatem. Po więcej informacji wejdź na:

www.asc-aqua.org

Odpowiedzialna konsumpcja ryb i owoców morza dla dobra ludzi, oceanów i klimatu

Ludzie

Nasze morza są przełowione. Ryby jednak stanowią główne źródło pożywienia i utrzymania dla ponad 800 milionów ludzi¹ – głównie żyjących w krajach rozwijających się. UE jest największym rynkiem i importerem ryb i owoców morza na świecie, przy czym połowa importowanej przez Europejczyków żywności morskiej pochodzi z krajów globalnego południa². W konsekwencji kobiety, mężczyźni i dzieci z tych właśnie krajów często mierzą się z problemami wynikającymi z przełowienia, nielegalnych połowów i zmiany klimatu. W związku z tym spoczywa na nas ogromna odpowiedzialność – europejscy konsumenci, producenci, politycy i decydenci mogą dokonać globalnej zmiany w stronę odpowiedzialnej konsumpcji ryb i owoców morza poprzez wspieranie zrównoważonych połowów. Taki wybór przyniesie korzyści zarówno ludziom, jak i przyrodzie na całym świecie. Wybierając ryby i owoce morza pochodzące ze zrównoważonych połowów przyczyniamy się do realizacji Celów Zrównoważonego Rozwoju ONZ³.

1 HLPE, 2014. Sustainable fisheries and aquaculture for food security and nutrition. A report by the High Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition of the Committee on World Food Security, Rzym 2014, s.34; <http://www.fao.org/3/a-i3844e.pdf>

2 Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). www.fao.org/news/story/en/item/214442/icode

3 Szczególnie celów: 12 – Odpowiedzialna konsumpcja i produkcja i 14 – Życie pod wodą.



Środowisko

Nie zrównoważone rybołówstwo zagraża morskim gatunkom i ich siedliskom. Ponad 33% zbadanych światowych stad ryb jest przełowionych, a około 60% poławianych na najwyższym możliwym poziomie⁴. Między innymi w wyniku takiej gospodarki gatunki, takie jak tuńczyk błękitnoplełwy czy węgorz europejski są zagrożone wyginieciem.

⁴ FAO (Food and Agriculture Organization of the United Nations). The State of World Fisheries and Aquaculture 2018. Rome. Page 6. <http://www.fao.org/3/i9540en/i9540en.pdf>

Ponadto, inne gatunki morskie, w tym ryby niepoławiane komercyjnie, ptaki, gady (np. żółwie morskie) i ssaki (np. delfiny, foki i morświny) mogą ponieść śmierć w wyniku przyłowu (przy-
padkowego połowu) – niezamierzonego efektu rybołówstwa.

Klimat

Zmiana klimatu niekorzystnie wpływa na życie w oceanach, w tym na kondycję populacji gatunków ryb poławianych komercyjnie. Podnoszenie się temperatury wody dramatycznie zmienia warunki życia organizmów morskich, co odbija się również na sektorze rybołówstwa. Mniej stabilne i mało liczne populacje stad ryb sprawiają, że rybacy wypływają coraz dalej w poszukiwaniu połowu lub zmuszeni są pozostać na morzu dłużej. W efekcie ich kutry emitują więcej gazów przyczyniających się do zmiany klimatu. Zmiany klimatyczne wpływają więc na stan żywych zasobów morskich, a jednocześnie rybołówstwo jest jedną z gałęzi przemysłu oddziałujących na klimat.

Zrównoważone połowy

Zrównoważone połowy nie zawsze oznaczają, że niezbędne jest łowienie mniejszej ilości ryb. Chodzi tu o połowy odpowiednich ryb na dopuszczalnym poziomie, przy respektowaniu doradztwa naukowego oraz jednoczesnym oszczędzaniu stad znajdujących się w gorszej kondycji. Istotne jest również stosowanie zrównoważonych technik połowowych, które przede wszystkim mają na celu zapewnienie długoterminowej ochrony naszych cennych zasobów ryb oraz innych elementów morskiego ekosystemu. Zrównoważone zarządzanie zasobami rybnymi oceanów może znacznie zwiększyć zyski z sektora rybołówstwa.

Projekt Fish Forward

WWF wspólnie z Environmental Justice Foundation prowadzi działania na rzecz odpowiedzialnej konsumpcji ryb i owoców morza dla dobra ludzi, oceanów i klimatu w ramach projektu **Fish Forward (*Responsible seafood consumption for the benefit of people, oceans and climate*)**. Projekt realizowany jest przez 17 partnerów w 17 krajach, w tym przez Fundację WWF Polska, w latach 2018–2020.

Projekt ma na celu zmianę zachowań konsumentów i producentów w Europie w oparciu o zwiększoną świadomość i wiedzę na temat konsumpcji i pozyskiwania ryb i owoców morza oraz skutków jakie nasze decyzje przynoszą dla ludzi i środowiska morskiego, zarówno w krajach rozwijających się jak i w Europie. Więcej informacji na temat projektu i realizowanych działań dostępne jest na stronie: **fishforward.eu**.

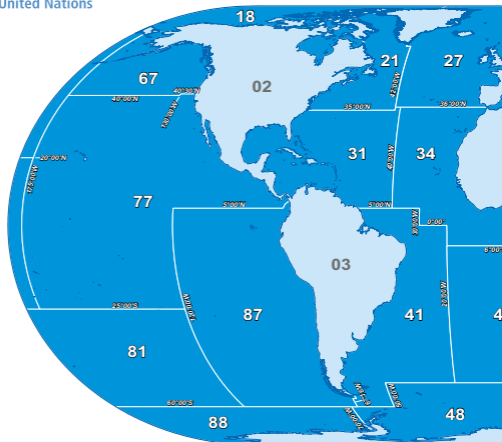
NIEDŁUGO ZNIKNA
I NIE CHODZI TYLKO O RYBY



OBSZARY POŁOWOWE FAO

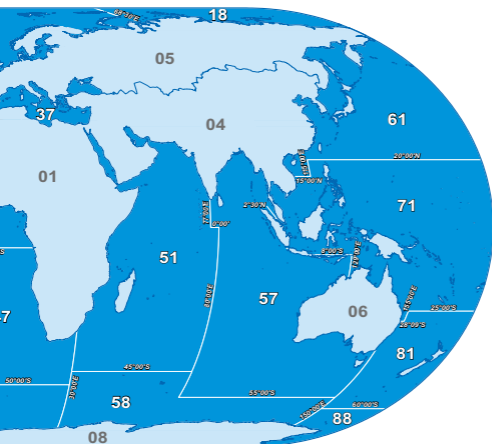


Food and Agriculture
Organization of the
United Nations



FAO 01	Afryka – wody śródlądowe
FAO 02	Ameryka Północna – wody śródlądowe
FAO 03	Ameryka Południowa – wody śródlądowe
FAO 04	Azja – wody śródlądowe
FAO 05	Europa – wody śródlądowe
FAO 06	Australia i Oceania – wody śródlądowe
FAO 08	Antarktyda – wody śródlądowe
FAO 21	Północno-Zachodni Atlantyk
FAO 27	Północno-Wschodni Atlantyk
FAO 27 III d	Morze Bałtyckie

Informacje na temat obszaru połowowego zgodnego z wykazem Organizacji Narodów Zjednoczonych do spraw Wyżywienia i Rolnictwa (FAO) znajdziesz bezpośrednio na opakowaniu kupowanej ryby lub owoców morza. Zapoznaj się z mapą poniżej, aby dowiedzieć się skąd dokładnie pochodzą produkty, które kupujesz.













FAO 31	Środkowo-Zachodni Atlantyk
FAO 34	Środkowo-Wschodni Atlantyk
FAO 37	Morze Śródziemne
FAO 37.4	Morze Czarne
FAO 41	Południowo-Zachodni Atlantyk
FAO 47	Południowo-Wschodni Atlantyk
FAO 48, 58, 88	Antarktyda
FAO 51, 57	Ocean Indyjski
FAO 61, 67, 71, 77, 81, 87	Ocean Spokojny





Czarniak / Dorsz czarny*Pollachius virens*







		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 27: Morze Morze Barentsa, Morze Norweskie	okrężnice
		Islandia	sieci stawne skrzelowe, sznury haczykowe
		FAO 27: Islandia, Wyspy Owczce, Morze Barentsa, Morze Norweskie	włoki
		FAO 27: Skagerrak i Kattegat, Morze Północne, wody na zachód od Szkocji	włoki denne

Dorada*Sparus aurata*

		FAO 27: Zatoka Biskajska	wędy ręczne
		Morze Śródziemne (FAO 37)	wędy ręczne, pułapki
		FAO 05: Francja	
		Morze Śródziemne (FAO 37)	
		FAO 27	włoki denne
		Morze Śródziemne (FAO 37)	drygawice, włoki denne
		Morze Śródziemne (FAO 37); Zatoka Biskajska	sieci skrzelowe

Dorsz atlantycki*Gadus morhua*









		Produkty z certyfikatem MSC	
		Skagerrak, Kattegat	sieci stawne skrzelowe

Metoda produkcji*	Obszar połowu** / miejsce hodowli	Narzędzia połowowe***
 	Morze Barentsa, Morze Norweskie	włoki denne, sieci skrzelowe i sznury haczykowe
 	Morze Bałtyckie (stado wschodnie i zachodnie)	sieci skrzelowe, włoki
 	FAO 21, FAO 27 (w tym Morze Irlandzkie, Morze Północne, Morze Celtyckie)	wszystkie narzędzia połowowe

Flądra / Stornia

Platichthys flesus



 	Morze Bałtyckie (z wyłączeniem podobszarów 26, 28)	sieci skrzelowe
 	Morze Bałtyckie, podobszary 26, 28	sieci skrzelowe, włoki denne
 	Morze Północne, Skagerrak, Kattegat	połowy elektryczne za pomocą włoków, włoki denne
 	Morze Bałtyckie, podobszary 24, 25	włoki denne







Gładzica

Pleuronectes platessa







 	Produkty z certyfikatem MSC	
 	Skagerrak, Morze Północne	niewody duńskie, sieci stawne skrzelowe
 	FAO 27: Morze Bałtyckie	sieci stawne skrzelowe
 	FAO 27: Morze Norweskie	włoki denne
 	FAO 27: Skagerrak, Morze Północne	niewody szkockie
 	FAO 27: Bałtyk Zachodni	sieci stawne skrzelowe, włoki denne
 	pozostałe obszary FAO 27	włoki

Halibut niebieski*Reinhardtius hippoglossoides*

		FAO 67: Morze Beringa	włoki denne, sznury haczykowe
		FAO 27: Islandia	niewody duńskie, sznury haczykowe
		FAO 27: Grenlandia	sieci stawne skrzelowe, sznury haczykowe
		FAO 27: Morze Barentsa, Morze Norweskie	sieci stawne skrzelowe, sznury haczykowe
		pozostałe obszary: FAO 27, 21	włoki

Homar*Homarus spp.***Homar amerykański** *Homarus americanus*





		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 21: USA, Kanada	pułapki

Homar europejski *Homarus gammarus*









		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 27: Szkocja, Wielka Brytania, Morze Północne	pułapki
		FAO 27: pozostałe podobszary	wszystkie narzędzia połowowe





Homarzec / langustyńki*Nephrops norvegicus*

		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 27: Szkocja, Kattegat i Skagerrak	pułapki
		FAO 27: Szwecja	włoki denne
		wszystkie obszary	włoki denne

Kalmar*Loligo vulgaris*


		Ocean Atlantycki: FAO 27	wędy
		Morze Śródziemne (FAO 37)	wędy
		Ocean Atlantycki: FAO 27	włoki pelagiczne
		FAO 27, Morze Śródziemne (FAO 37)	włoki denne

Karp*Cyprinus carpio*





		FAO 05: hodowle europejskie	
--	---	-----------------------------	--







Karmazyn*Sebastes spp.***Karmazyn atlantycki** *Sebastes norvegicus*

		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 27	wszystkie narzędzia połowowe

Karmazyn mantela *Sebastes mentella*

		FAO 27: Morze Norweskie, Morze Barentsa	włoki pelagiczne
		FAO 27	wszystkie narzędzia połowowe

Krab kieszeniec*Cancer pagurus*









		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 27, Morze Śródziemne (FAO 37)	pułapki
		Morze Śródziemne (FAO 37)	włoki denne



Krewetka północna*Pandalus borealis*

		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 21: Kanada	włoki denne
		FAO 27: Morze Barentsa, Morze Norweskie, Islandia; FAO 21: Grenlandia	włoki denne
		FAO 27: pozostałe obszary	włoki denne











Krewetka tygrysia*Penaeus monodon*

		Produkty z certyfikatem ASC	
		FAO 04: Indie; Indonezja FAO 01: Madagaskar	
		FAO 51: Madagaskar	włoki denne
		pozostałe obszary hodowli	









Łosoś atlantycki*Salmon salar*

		Produkty z certyfikatem MSC i ASC	
		hodowle europejskie (w tym łosoś norweski)	
		Morze Bałtyckie	pułapki
		FAO 27: Morze Bałtyckie	pozostałe narzędzia połowowe







Łosoś pacyficzny*Oncorhynchus spp.*

		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 67: Alaska	wszystkie narzędzia połowowe
		FAO 67: Kanada	sieci skrzelowe, okrężnice
		FAO 61: Rosja	narzędzia pułapkowe
		FAO 61: Rosja	pozostałe narzędzia połowowe









Makreła atlantycka*Scomber scombrus*

		FAO 27	wędy ręczne
		FAO 21, 27	okrężnice, włoki pelagiczne
		FAO 34, Morze Śródziemne (FAO 37)	wszystkie narzędzia połowowe
		FAO 27	sieci skrzelowe

Mintaj*Gadus chalcogrammus*

		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 61: Morze Ochockie	niewody duńskie
		FAO 61: zachodnie Morze Beringa	włoki pelagiczne









Miruna*Macrurus spp.***Miruna patagońska** *Macrurus magellanicus*

		produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 41: Argentyna	włoki pelagiczne
		FAO 41: Argentyna	włoki denne
		FAO 87: Chile	włoki denne i pelagiczne

Miruna nowozelandzka *Macrurus novaezelandiae*









		produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 81: Nowa Zelandia	włoki pelagiczne
		FAO 81: Nowa Zelandia	włoki denne

Morszczuk europejski*Merluccius merluccius*

		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 27	sznury haczykowe, sieci stawne skrzelowe
		FAO 27	włoki denne
		Morze Śródziemne (FAO 37)	wszystkie narzędzia połowowe













Okoń europejski*Perca fluviatilis*



		produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 05: szwajcarskie wody śródlądowe	sieci stawne skrzelowe
		FAO 05: polskie wody śródlądowe	wszystkie narzędzia połowowe
		FAO 27: Bałtyk Zachodni i Centralny	sieci stawne skrzelowe

Okoń morski / Labraks*Dicentrarchus labrax*

		FAO 27: Zatoka Biskajska	wędy ręczne
		FAO 27: Morze Północne, Morze Irlandzkie	wędy ręczne
		FAO 05: Francja	
		FAO 27: pozostałe podobszary	wszystkie pozostałe narzędzia połowowe
		hodowle śródziemnomorskie	

Ośmiornica zwyczajna*Octopus vulgaris*

		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 31: Meksyk FAO 34: Senegal, Gambia	wędy ręczne
		FAO 34: Maroko	wędy ręczne
		Morze Śródziemne (FAO 37) FAO 27: Portugalia, Hiszpania	pułapki
		FAO 51, 57, 61, 71	wędy ręczne

Metoda produkcji*	Obszar połowu** / miejsce hodowli	Narzędzia połowowe***
 	wszystkie obszary połowowe	włoki denne

Panga

Pangasianodon hypophthalmus / Pangasius bocourti



 	produkty z certyfikatem ASC	
 	hodowle azjatyckie: Wietnam	stawy
 	hodowle azjatyckie: Wietnam	pozostałe metody hodowli
 	pozostałe hodowle azjatyckie	

Plamiak

Melanogrammus aeglefinus



 	Produkty z certyfikatem MSC	
 	FAO 27: Kattegat i Skagerrak, Morze Północne	sznury haczykowe
 	FAO 27: Morze Barentsa, Morze Norweskie	sieci stawne skrzelowe, sznury haczykowe
 	FAO 27: Islandia	włoki denne, sznury haczykowe
 	FAO 27: Morze Barentsa, Morze Norweskie	włoki denne, sieci stawne skrzelowe
 	FAO 27: pozostałe obszary	włoki denne
 	FAO 21	wszystkie narzędzia połowowe





Przegrzebek zwyczajny*Pecten maximus*

		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 27: Norwegia	ręcznie zbierany
		FAO 27: Irlandia, Wielka Brytania, Francja	ręcznie zbierany
		wszystkie obszary FAO 27	drugi, włoki denne

Pstrąg tęczowy*Oncorhynchus mykiss*

		Produkty z certyfikatem ASC	
		FAO 05: Dania	stawy, system RAS
		FAO 05: Włochy, Francja, Hiszpania, Wielka Brytania, Polska	stawy, tory wodne
		FAO 04: Turcja	stawy, tory wodne

Rak szlachetny*Astacus astacus*

		FAO 05: europejskie wody śródlądowe	pułapki
--	---	-------------------------------------	---------



Metoda produkcji*	Obszar połowu** / miejsce hodowli	Narzędzia połowowe***
-------------------	-----------------------------------	-----------------------

Sandacz
Sander lucioperca



 	Produkty z certyfikatem MSC	
 	hodowle europejskie: Niemcy, Dania, Holandia	
 	FAO 05: Polska	sieci skrzelowe
 	FAO 05: Polska	pozostałe narzędzia połowowe
 	FAO 27: Morze Bałtyckie	wszystkie narzędzia połowowe

Sardela europejska/ Anchois
Engraulis encrasicolus



 	FAO 27: Zatoka Biskajska	okrężnice, włoki pelagiczne
 	FAO 37: Morze Śródziemne FAO 34: Maroko, Mauretania	okrężnice
 	FAO 27: Portugalia	okrężnice
 	FAO 34: Maroko, Mauretania	włoki pelagiczne
 	FAO 37: Morze Adriatyckie, Morze Czarne	włoki pelagiczne

Sardynka
Sardina pilchardus



 	FAO 34: Maroko, Mauretania Morze Śródziemne (FAO 37) FAO 27: wody Portugalii, Zatoka Biskajska	okrężnice
 	FAO 34: Maroko, Mauretania FAO 37: Morze Adriatyckie	włoki pelagiczne



Metoda produkcji*	Obszar połowu** / miejsce hodowli	Narzędzia połowowe***
-------------------	-----------------------------------	-----------------------

Sola

Solea solea







 	Produkty z certyfikatem MSC	
 	FAO 27: Bałtyk Zachodni, Kattegat i Skagerrak, Morze Północne, wody Portugalii	sieci stawne skrzelowe
 	FAO 27: Bałtyk Zachodni	włoki denne
 	FAO 27: pozostałe obszary	włoki

Sum afrykański, Sum pospolity

Clarias gariepinus, Silurus glanis









 	hodowle europejskie: Niemcy, Holandia, Szwecja	
 	hodowle europejskie: Polska	stawy

Szprot

Sprattus sprattus



 	Produkty z certyfikatem MSC	
 	Morze Bałtyckie i obszary połowowe FAO 27	włoki pelagiczne
 	Kattegat i Skagerrak, Morze Irlandzkie	włoki pelagiczne



Śledź atlantycki*Clupea harengus*

		Produkty z certyfikatem MSC	
		FAO 27: Skagerrak, Kattegat, Morze Północne, Morze Norweskie, Morze Barentsa	włoki pelagiczne, okrężnice
		FAO 27: Morze Bałtyckie z wyjątkiem Bałtyku Zachodniego	wszystkie narzędzia połowowe
		FAO 27: Bałtyk Zachodni	sieci skrzelowe, włoki pelagiczne
		FAO 27: Morze Celtyckie, Morze Irlandzkie	włoki pelagiczne

Tilapia nilowa*Oreochromis niloticus*

		produkty z certyfikatem ASC	
		FAO 05: hodowle europejskie	system RAS
		FAO 03: Brazylia	

Troć wędrowna*Salmo trutta*

		produkty z certyfikatem ASC	
		FAO 05: hodowle w Austrii	
		FAO 05: Finlandia, Szwecja	
		FAO 27: Morze Bałtyckie	wszystkie narzędzia połowowe

Tuńczyk biały*Thunnus alalunga*

		Produkty z certyfikatem MSC	
		Ocean Spokojny: FAO 61, 67, 71, 77, 81, 87	linki trolingowe
		FAO 61, 67, 71, 77, 81, 87	wędy ręczne
		Ocean Indyjski: FAO 51, 57	wędy ręczne
		Ocean Atlantycki: FAO 21, 27, 31, 34	linki trolingowe
		FAO 51, 57	wędy ręczne
		FAO 71, 77, 81, 87; Morze Śródziemne (FAO 37)	sznury haczykowe
		Wszystkie obszary jeśli do połowów wykorzystano:	sznury haczykowe, okrężnice

Tuńczyk Bonito*Katsuwonus pelamis* – najczęściej dostępny w puszkach



		Produkty z certyfikatem MSC	
		Ocean Indyjski: FAO 51, 57 Ocean Spokojny: FAO 61, 71, 77, 81	wędy ręczne
		Ocean Spokojny: FAO 61, 71, 77, 81	okrężnice, sieci skrzelowe
		Ocean Atlantycki: FAO 21, 27, 31, 34, 41, 47	okrężnice, wędy ręczne
		Ocean Indyjski: FAO 51, 57 Ocean Spokojny: FAO 77, 81, 87	okrężnice
		Ocean Indyjski: FAO 51, 57	sieci skrzelowe
		Ocean Atlantycki: FAO 27, 34, 47	okrężnice FAD
		Ocean Spokojny: FAO 77, 81, 87	okrężnice FAD, sznury haczykowe

Metoda produkcji*	Obszar połowu** / miejsce hodowli	Narzędzia połowowe***
-------------------	-----------------------------------	-----------------------

Tuńczyk błękitnopletwy

Thunnus thynnus

















 	Ocean Atlantycki: FAO 27, 34	okrężnice
 	Morze Śródziemne (FAO 37)	wędy ręczne, pułapki
 	Ocean Atlantycki: FAO 21,31	wędy ręczne
 	Ocean Atlantycki: FAO 21, 27, 31, 34	sznury haczykowe
 	Morze Śródziemne (FAO 37)	sznury haczykowe, okrężnice

Tuńczyk żółtopletwy









Thunnus albacares



 	Produkty z certyfikatem MSC	
 	FAO 61, 71, 77, 81	wędy ręczne
 	Ocean Indyjski: FAO 51, 57; Ocean Atlantycki: FAO 21, 27, 31, 34, 41, 47	wędy ręczne
 	Ocean Indyjski: FAO 51, 57	sznury haczykowe, okrężnice
 	FAO 61, 71, 77, 81	okrężnice FAD, sznury haczykowe
 	FAO 77, 81, 87	okrężnice, okrężnice FAD
 	FAO 21, 27, 31, 34, 41, 47	okrężnice FAD



Turbot*Scophthalmus maximus*

		FAO 05: Holandia	
		FAO 05: hodowle europejskie	
		FAO 27: Morze Północne	sieci stawne skrzelowe
		wszystkie pozostałe obszary	wszystkie narzędzia połowowe

Węgorz europejski*Anguilla anguilla*

		wszystkie obszary	wszystkie narzędzia połowowe
--	---	-------------------	------------------------------

Włócznik / Miecznik*Xiphias gladius*

		produkty z certyfikatem MSC	
		Ocean Indyjski: FAO 51, 57	wędy ręczne
		FAO 21: USA, Kanada	harpuny, wędy ręczne
		FAO 51: Południowa Afryka	sznury haczykowe
		pozostałe obszary połowowe	pławnice i pozostałe narzędzia połowowe







Metoda produkcji*	Obszar połowu** / miejsce hodowli	Narzędzia połowowe***
-------------------	-----------------------------------	-----------------------

Złocica

Microstomus kitt







 	Morze Północne, Islandia	niewody duńskie, sieci stawne skrzelowe
 	FAO 27: pozostałe obszary	włoki, sieci stawne skrzelowe

Żabnica

Lophius piscatorius





 	Islandia, Zatoka Biskajska, wody Półwyspu Iberyjskiego	sznury haczykowe, sieci stawne skrzelowe
 	wszystkie pozostałe obszary połowowe	wszystkie narzędzia połowowe

* złowione w morzu/oceanie/wodach śródłądowych lub wyhodowane

** o ile nie zaznaczono inaczej, obszar połowu dot. podobszarów FAO 27 (Północno-Wschodni Atlantyk)

*** dotyczy ryb dziko żyjących poławianych w morzach i oceanach

 ryby dziko żyjące  ryby hodowlane



Dodatkowe wskazówki



Nie kupuj ryb młodocianych, które nie miały jeszcze szansy przystąpić do rozmnażania: tarła. Jak je poznać? Przejrzyj rozbudowaną wersję poradnika WWF dostępną na **ryby.wwf.pl**. W opisach poszczególnych gatunków znajdziesz wskazówki, jaka powinna być wielkość dorosłej ryby. Jeżeli sprzedawane okazy są mniejsze, oznacza to, że masz do czynienia z osobnikami młodymi. Trafiają one do sklepu wbrew prawu.



Zwracaj uwagę, skąd pochodzi ryba, którą chcesz kupić. Zasoby tego samego gatunku w jednym akwenu mogą być stabilne, natomiast w innym bardzo niskie.



Pytaj o ryby i owoce morza, które złapane zostały za pomocą selektywnych narzędzi połowowych. Sелеktywność narzędzi połowowych oznacza zdolność narzędzi połowu do wyławiania ze stada ryb o określonych cechach. Sелеktywne narzędzia połowowe ograniczają tzw. przyłów, czyli łapanie w sieci przypadkowych gatunków zwierząt, takich jak: morświny, delfiny, foki, żółwie morskie, czy też inne gatunki ryb, które nie były celem połowu.



Wybieraj ryby z lokalnych połowów – oczywiście najlepiej te oznaczone zielonym światłem. Pomoże to lokalnym społecznościom, przyczyni się do rozwijania połowów na małą skalę i zmniejszy potrzeby transportu ryb. Dodatkowo masz pewność, że ryby z takiego źródła będą świeże.



Eksperymentuj! Kupując różne ryby i owoce morza wymuszasz na producentach większą różnorodność. To z kolei sprawi, że rybacy ograniczą nadmierne połowy najpopularniejszych ryb.



Nie wahaj się pytać skąd pochodzi produkt rybny. Wielu sprzedawców nie ma odpowiedniej wiedzy na temat produktów rybnych i wpływu rybołówstwa na środowisko. Pytając o to, masz szansę wpłynąć na ich postawę i zachęcić do pogłębienia wiedzy.



WWF Polska – Jesteśmy częścią międzynarodowej organizacji ekologicznej, która od 1961 roku chroni przyrodę na całym świecie, a od 2001 roku również w Polsce.

Ratujemy zagrożone gatunki, promujemy zrównoważone rybołówstwo i rolnictwo oraz działamy na rzecz ochrony klimatu. Walczymy z nielegalnym handlem ginącymi gatunkami roślin i zwierząt. Staramy się o to, aby morza i rzeki były pełne życia.

Więcej na **wwf.pl**

Pełną wersję poradnika
znajdziesz na stronie
ryby.wwf.pl
fishforward.eu
facebook.com/wwf.pl

copyright: WWF Polska 2019



Wydrukowano na papierze ekologicznym

Grafiki ryb:

© Michał Kleczkowski / WWF Polska

© Scandinavian Fishing Yearbook / WWF



Niniejsza publikacja została przygotowana z udziałem finansowym Unii Europejskiej. Za treść tej publikacji odpowiada wyłącznie WWF i nie można jej w żaden sposób odbierać jako stanowiska Unii Europejskiej.





100%
RECYCLED



WWF chroni środowisko, w którym żyjesz.

Naszą misją jest powstrzymanie dalszej degradacji środowiska naturalnego Ziemi i kształtowanie przyszłości, w której ludzie będą żyli w harmonii z przyrodą.



TEN PROJEKT JEST
WSPÓLFINANSOWANY
PRZEZ
UNIĘ EUROPEJSKĄ

