WWF *for a living planet*

WWF OG SJØMATGUIDEN

WWF arbeider for å stanse dagens naturødeleggelser og å skape en framtid der mennesker lever i harmoni med naturen, ved å:

- verne mangfoldet av arter og økosystemer
- sikre bærekraftig bruk av fornybare naturressurser
- bekjempe forurensing og overforbruk av ressurser

Ønsker du å bli støttemedlem i WWF? **Se wwf.no eller send WWF til 2225**.

WWF-Norge
Kristian Augustsgt 7A • P.b. 6784 St. Olavs plass
0130 Oslo • Tlf: 22 03 65 00 • info@wwf.no

- WWF jobber over hele verden for en bærekraftig forvaltning av havet og alle de fantastiske artene som lever der.
- WWFs sjømatguide hjelper deg til å velge "miljøriktig" fisk, enten du er på restaurant eller hos fiskehandleren.
- WWF anbefaler alle fiskeprodukter som er miljømerket med MSC og økologisk Debio.
- På **www.wwf.no/sjomat** finner du mer informasjon om havet, fisk og skalldyr.
- Guiden gjelder for 2009 og er basert på rådgivning fra ICES, Havforskningsinstituttet og Artsdatabanken.

MILJØMERKING

MSC er et miljømerke som garanterer at produktet kommer fra et bærekraftig fiske. MSC-merket hjelper deg til å velge miljøvennlige sjømatprodukter.

Les mer på **www.msc.org**

DEBIO er et merke for økologiske produkter. Se etter Ø-merket i butikken – da vet du at oppdrettsfisken er produsert på en måte som tar hensyn til naturen.

Les mer på **www.debio.no**

MARINE STEWARDSHIP COUNCIL

GODKJENT ØKOLOGISK AV Debio

WWF

SJØMAT-GUIDE

til bærekraftig fisk og skalldyr i Norge

CRELUNA/COBRA Foto: Christian Skauge/www.undervannsfoto.no

- I Norge konsumeres det årlig rundt 88 000 tonn sjømat. Det er ca. 24 kilo per person.
- Mange av disse fiskeartene er truet av overfiske. Andre fiskes på en ødeleggende måte slik at korallrev knuses, havskilpadder og sjøfugl drukner i fiskegarn, eller hai og småfisk tas som bifangst.
- Du kan bidra ved å ikke spise de truede (røde) fiskeartene. Spis heller mer av de grønne!
- Fisk er sunt og godt, og WWFs mål er at også fremtidige generasjoner skal kunne spise havets delikatesser!

SPIS MED GOD SAMVITTIGHET

Spis i vei av de grønne artene! Forvaltningen er god og miljøpåvirkningen liten.

BLÅSKJELL
HAVABBOR
HYSE
KAMSKJELL
KONGEKRABBE
MAKRELL
POLLOCK (ALASKA)
REKER
SEI
SILD
TASKEKRABBE
TORSK FRA BARENTSHAVET
TUNFISK (ALBACORE)
ØKOLOGISK LAKS
ØSTERS

STILL SPØRSMÅL

Et forholdsvis godt alternativ, men still spørsmål til din fiskehandler: Er denne lovlig fanget? Hvor kommer fisken fra? Får du ikke svar – ikke kjøp.

KVEITE (OPPDRETT)
LAKS (OPPDRETT)
PANGASIUS
RØDSPETTE
SANDFLYNDRE
SJØKREPS
TILAPIA
TORSK (OPPDRETT)
TUNFISK (SKIPJACK)
ØRRET (OPPDRETT)

STYR UNNA!

Disse artene er enten overfisket og/eller fanget/oppdrettet på en måte som ødelegger havmiljøet. Det finnes mange andre fiskeslag – velg en annen!

BREIFLABB
HAIER
HUMMER (NORSK)
LANGE
KVEITE (VILTFANGET)
KYSTTORSK
MARLIN
ROKKER
STEINBIT
SVERDFISK
SCAMPI/TROPISKE REKER
TORSK (NORDSJØEN)
TUNFISK (BLÅFINNET/GULFINNET)
UER
ÅL