

Sig.  Sig.ra

Nome : .....

Cognome : .....

Indirizzo: .....

CAP : ..... Città : .....

Provincia .....

Luogo e data di nascita .....

Cell./Tel. : .....

e-mail : .....

Data : ..... Firma: .....

Compila il coupon ed invialo in busta affrancata a

**WWF Italia Onlus**  
**Via Po 25/c - 00198 Roma**

Oppure contatta la segreteria soci allo  
**06.84497500**

Ai sensi del D.lgs 196/03, Codice in materia di Protezione dei Dati Personali, con la presente cartolina autorizzo il WWF Italia al trattamento dei miei dati personali. I miei dati personali verranno trattati elettronicamente, esclusivamente per le finalità associative e non saranno comunicati ad altri soggetti. Potrò ottenere tutte le informazioni necessarie scrivendo al Responsabile al trattamento dei dati personali presso WWF Italia Onlus, via Po 25/C - 00198 Roma.

## Perchè questa guida

Questa guida si propone come uno strumento pratico ed intuitivo per il consumatore che vuole acquistare prodotti della pesca secondo i principi della sostenibilità ambientale.

La preferenza di ciascuno può contribuire a modificare l'attuale tendenza del mercato ad un'offerta omologata, non sempre la più adeguata, che trascura il valore del prodotto locale stagionale, dimentica le tecniche di pesca selettive e si rivolge verso zone di pesca lontane ed impoverite, ignorando il degrado sociale ed ambientale che l'allevamento e lo sfruttamento di certe specie provocano in aree vulnerabili.

## I criteri di scelta

I criteri utilizzati per individuare i 3 livelli di guardia (verde, giallo e rosso) derivano dalla combinazione di:

- provenienza dalle zone di pesca (costo energetico)
- disponibilità delle specie (stato degli stock naturali)
- impatto sul territorio di origine (trasformazione)
- caratteristiche del prelievo (selettività degli attrezzi da pesca)

## Il WWF per il mare

Il programma Mare del WWF Italia si prefigge di proteggere la biodiversità marina:

1. Contrastando la pesca illegale
2. Promuovendo l'efficacia di gestione delle aree marine protette
3. Incoraggiando il consumo consapevole di prodotti del mare con campagne di informazione come questa.

Per ulteriori approfondimenti visita il sito  
[www.wwf.it](http://www.wwf.it)



*for a living planet*


## Sai che pesci

# pigliare ?

## Guida al consumo consapevole dei prodotti del mare

## Via libera

<b>acciuga / alicia</b> FP <i>Engraulis encrasicolus</i> Mediterraneo (Italia)
<b>cefalo / cefalo labbrone</b> FP <i>Mugil cephalus / Chelon labrosus</i> Mediterraneo (It)
<b>cozza / mitilo</b> FA <i>Mytilus galloprovincialis</i> Mediterraneo (Italia)
<b>gamberetto</b> FP <i>Palaemon spp.</i> Mediterraneo (Italia)
<b>leccia</b> FP <i>Lichia amia</i> Mediterraneo (Italia)
<b>merluzzetto / cappellano</b> FP <i>Trisopterus minutus capelanus</i> Mediterraneo (Italia)
 <b>merluzzo del Pacifico</b> S <i>Gadus macrocephalus</i> Pacifico
<b>ostrica</b> FA <i>Ostrea edulis</i> Mediterraneo (Italia)
<b>palamita</b> FP <i>Sarda sarda</i> Mediterraneo (Italia)
<b>pannocchia / canocchia (di nassa)</b> FP <i>Squilla mantis</i> Mediterraneo (It)
<b>pollack</b> S <i>Pollachius pollachius</i> Atlantico
 <b>pollack dell'Alaska</b> S <i>Theragra chalcogramma</i> Pacifico Settentr.
<b>rombo chiodato</b> FA <i>Psetta maxima</i> Mediterraneo / Atlantico
<b>sgombro</b> FP <i>Scomber scombrus</i> Mediterraneo
<b>sugarello</b> FP <i>Trachurus trachurus</i> Mediterraneo (Italia)
<b>totano</b> FP <i>Illex coindetii</i> Mediterraneo (Italia)

 MSC Marine Stewardship Council:  
provenienza da pesca e filiera certificata

## Presta attenzione

<b>astice (di nassa)</b> FP <i>Homarus gammarus</i> Mediterraneo (Italia)
<b>gamberetto boreale</b> FP <i>Pandalus borealis</i> Atlantico Sett. / Pacifico Sett.
<b>mazzancolla</b> FA <i>Peneus japonicus</i> Asia Sud-Orientale
<b>melù / potassolo</b> FP <i>Micromesistius poutassou</i> Mediterraneo (Italia)
<b>merlano / molo</b> FP <i>Merlangius merlangius</i> Mediterraneo (Italia)
<b>ombrina boccardoro</b> FA <i>Argyrosomus regius</i> Mediterraneo
<b>orata</b> FA <i>Sparus aurata</i> Mediterraneo (Italia)
<b>pangasio</b> FA <i>Pangasius hypophthalmus</i> acque dolci Asia Sud-Orientale
<b>persico a filetti</b> FA <i>Tilapia spp.</i> acque dolci Asia Sud-Orientale
<b>salmone</b> FA <i>Salmo salar</i> Atlantico / Pacifico
<b>sardina</b> FP <i>Sardina pilchardus</i> Mediterraneo (Italia)
<b>seppia</b> FP <i>Sepia officinalis, Sepia (Sepiolo) spp.</i> Mediterraneo (Italia)
<b>sogliola</b> FP <i>Solea vulgaris</i> Mediterraneo (Italia)
<b>spigola / branzino</b> FA <i>Dicentrarchus labrax</i> Mediterraneo (Italia)
<b>triglia</b> FP <i>Mullus spp.</i> Mediterraneo (Italia)
<b>vongola filippina</b> FA <i>Tapes philippinarum</i> Mediterraneo (Italia)

attenzione a: taglia di vendita, stagionalità, selettività dell'attrezzo di pesca, impatto ambientale e garanzie sanitarie degli allevamenti di provenienza

## Fermati

<b>anguilla</b> FA <i>Anguilla anguilla</i> Mediterraneo / Atlantico
<b>bianchetto</b> FP <i>Sardina pilchardus</i> (giovane) Mediterraneo (Italia)
<b>capasanta</b> FP <i>Pecten jacobaeus</i> Mediterraneo / Atlantico
<b>cernia</b> FP <i>Epinephelus spp.</i> Mediterraneo / Atlantico
<b>halibut della Groenlandia</b> S <i>Reinhardtius hippoglossoides</i> Atlantico settentr.
<b>merluzzo bianco (nordico)</b> FP-S <i>Gadus morhua</i> Atlantico settentr.
<b>nasello</b> FP <i>Merluccius merluccius</i> Mediterraneo / Atlantico
<b>occhialone</b> FP <i>Pagellus bogaraveo</i> Mediterraneo (Italia)
<b>platessa</b> FP-S <i>Pleuronectes platessa</i> Atlantico
<b>pesce specchio</b> S <i>Hoplostethus spp.</i> Atlantico / Pacifico
<b>pesce spada</b> FP <i>Xiphias gladius</i> Mediterraneo
<b>rana pescatrice / coda di rospo</b> FP-S <i>Lophius piscatorius, L. budegassa</i> Mediterraneo / Atlantico
<b>razze</b> FP <i>Raya spp.</i> Mediterraneo / Atlantico
<b>squali</b> FP-S <i>Lamna nasus, Prionace glauca, Squalus spp.</i> Mediterraneo / Atlantico
<b>tonno alalunga</b> FP <i>Thunnus alalunga</i> Mediterraneo
<b>tonno rosso</b> FP <i>Thunnus thynnus</i> Mediterraneo / Atlantico

attenzione a: sovrappesca, riduzione della disponibilità (stock), rigetti in mare (by-catch), attrezzi di pesca non selettivi, sotto taglia minima

# SOSTIENI IL WWF

Sì, sostengo la campagna in difesa del mare del **WWF Italia Onlus**:

15€  30€  45€  Altro importo.....€  
 Iscrizione Socio Adulto per 1 anno 30 €  
 TOTALE : ..... €

Barra questa casella se vuoi rendere annuale la tua donazione

**Versamento con:**

Carta di Credito

Tipo di carta .....

n° .....

Intestata a .....

Scadenza mm/aa .....

Assegno non trasferibile intestato a  
**"WWF Italia Onlus"** da inviare in allegato

**FP:** Fresco Pescato • **FA:** Fresco Allevato • **S:** Surgelato

**Lista verde:** prelievo sostenibile, pesca selettiva, disponibilità degli stock. Specie allevate con mangimi naturali, allevamento con impatto basso o nullo, filiera certificata

**Lista gialla:** il consumo ne potrebbe aumentare la vulnerabilità e il prelievo potrebbe aumentare l'impatto sull'ambiente

**Lista rossa:** disponibilità in natura molto limitata, reperibilità con costi energetici ed ambientali molto elevati

