Для чого було створено *“Пам’ятку з вживання у їжу риби, здобутої у водоймищах провінції Онтаріо непромисловим засобом”*

“Пам’ятка з вживання у їжу риби, здобутої у водоймищах провінції Онтаріо непромисловим засобом” (далі - *пам’ятка*) – це безкоштовна брошура уряду провінції Онтаріо для рибалок та всіх любителів риби. Ця *пам’ятка* містить поради щодо безпечного споживання у їжу риби, здобутої непромисловим засобом. У зв’язку з тим, що деякі види риби можуть містити екологічно шкідливі речовини, ми радимо скористуватися порадами, поданими у цій пам’ятці. Риба, здобута непромисловим засобом. Ми радимо, щоб усі дотримувалися цих правил, особливо жінки дітородного віку та діти віком до 15 років, оскільки вони найбільше всього піддаються впливу шкідливих речовин, що можуть міститися у рибі.

Майже уся риба збирається Міністерством природних ресурсів, при цьому її якість перевіряється спеціалістами Міністерства охорони довкілля. Поради щодо вживання у їжу риби базуються на рекомендаціях Міністерства охорони здоров’я. Ця *пам’ятка* містить поради, що стосуються тільки рівня забруднення рибного філе (рибного м’яса), але не інших її частин, таких як луска, печінка, інші внутрішні органи та ікра. Ці частини можуть мати ще більший рівень забрудненості та звичайно не споживаються у їжу. У пам’ятці Ви можете знайти поради щодо споживання у їжу найбільш поширених видів риби, що водяться у більш ніж 2200 водоймищах провінції Онтаріо.

За безкоштовною копією *пам’ятки* англійською та французською мовами, а також для отримання відповідей на Ваші запитання, звертайтеся, будь-ласка, у відділ з моніторінгу забруднення непромислової риби Міністерства охорони довкілля за тел.: **416-327-6816** або скористайтеся бескоштовною лінією (тільки по провінції Онтаріо): **1-800-820-2716**. Ви також можете написати листа за адресою, зазначеному на наступній сторінці.

Як користуватися *пам’яткою*

Пам’ятка складається з наступних розділів: південь, північ провінції Онтаріо та район Великих Озер. Поради щодо вживання риби подаються по кожному району окремо, у відповідності до найбільш поширених там видів риби.

Після того, як Ви спіймали рибу, вимірте її цілком від голови до хвоста. Для визначення Вашого улову скористайтеся ілюстраціями на центральних сторінках *пам’ятки*.

Ontario

Обсяг вживання у їжу риби в залежності від місця улову можна знайти в таблицях споживання (приклад наведено нижче). В них вказується місце улову, вид риби та її розмір. Норми вживання того або іншого виду риби подаються на двох рядках: у першому вказується кількість риби для всіх категорій населення, у другому - для жінок дітородного віку та дітей віком до 15 років.

Цифра під відповідним розміром риби вказує місячну норму порцій риби даного розміру, здобутої в даному районі. Ця кількість порцій є максимальною , якщо Ваш улов складається з риби того самого виду і розміру і здобутої в одному районі.

Length/ Longueur	15 6"	20 8"	25 10"	30 12"	35 14"	40 16"	45 18"	50 20"	55 22"	60 24"	65 26"	70 28"	75 30"	>75 cm >30"
Lake / Lac Township/Canton, County/Cté														453712/794206
Northern Pike[5]							8				4			
Brochet[5]					8		4				0			
Walleye[5]					8			4						
Doré[5]					4			0						

Вживання уїжу риби різного розміру, виду або району улову

При вживанні риби різного розміру, виду або з іншого району необхідно додати разом частки місячної норми кожної порції. Частки місячної норми кожної порції, що була пожита на протязі місяця, наведені в наступній таблиці. Сума часток усіх порцій не повинна перевищувати 1

Номер у таблиці споживання	Рекомендація	Частка місячної норми
8	до 8 порцій в місяц	1/8
4	до 4 порцій в місяц	1/4
2	до 2 порцій в місяц	1/2
1	1 порція в місяц	1
0	не споживати	–

Вживання в їжу риби, добутої промисловим та непромисловим засобом

Риба, що була придбана в магазині, проходить попередній контроль у лабораторіях Канадської агенції з контролю якості харчової продукції щодо відповідності канадським стандартам. Більшість риби має невисокий рівень вмісту шкідливих речовин. Однак якщо Ви постійно вживаєте в їжу рибу з магазина та при цьому бажаєте споживати рибу, здобуту на рибалці, Вам необхідно скоротити споживання останньої. Рекомендації з цього питання Ви можете знайти на стор. 6 цієї *пам'ятки*.

Додаткову інформацію можна одержати у відділі з моніторингу забруднення непромислової риби Міністерства охорони довкілля

Sport Fish Contaminant Monitoring Program
Ministry of the Environment
125 Resources Road
Etobicoke, ON M9P 3V6
Тел.: 416-327-6816 або 1-800-820-2716
електронна пошта: sportfish.moe@ontario.ca
www.ontario.ca/fishguide

© Queen's Printer for Ontario, 2013
PIBS 4395u016