



Organisée par :

**Association Nationale des Producteurs d'Oeufs de
Consommation - ANPO**

DOSSIER DE PRESSE

**Sheraton de Casablanca
Jeudi 15 janvier 2009**

ACTIVITES PREVUES DANS LE CADRE DE LA 1^{ère} JOURNEE NATIONALE DE L'ŒUF

Le jeudi 15 janvier 2009

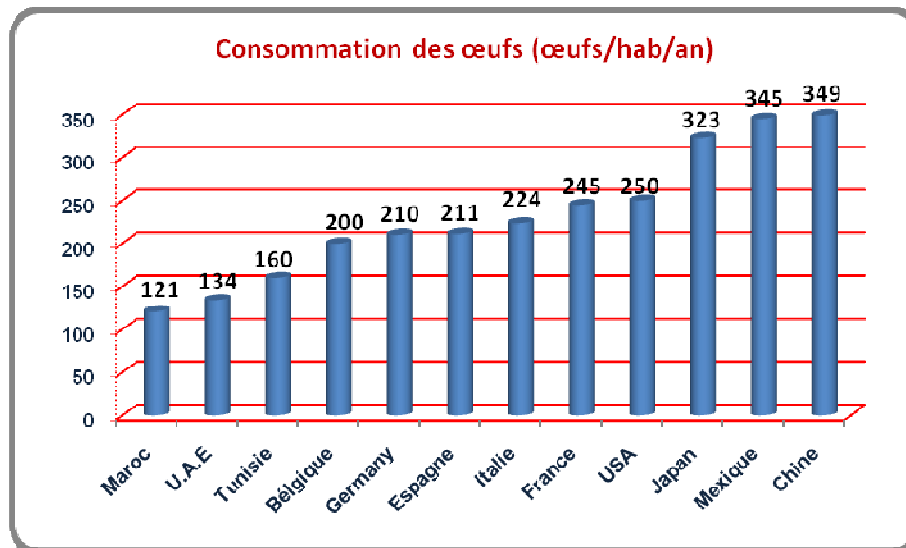
- **Point de presse.**
- **25 Stands de dégustation des œufs au niveau des Grandes et Moyennes Surfaces (GMS) dans les principales villes du Royaume.**
- **Dépliants sur les bienfaits des œufs, et conseils pratiques sur la manipulation et la conservation des œufs.**
- **Livret des recettes à base d'œufs.**
- **Spots radio pour la promotion de la consommation des œufs (Médi 1 et Maroc FM).**
- **Emission Dossier Médical en arabe sur 2M.**
- **Emission Stahlek Bela Ma Tahlek sur Al Oula.**
- **Mailings corps de la santé.**
- **Articles promotionnels (Casquettes, T-Shirt,...).**
- **Mécénat : distribution de 200.000 œufs à 113 maisons de bienfaisances dans les principales villes du Royaume au profit de près de 17.320**

FILIERE DE LA PRODUCTION D'ŒUFS DE CONSOMMATION AU MAROC

- ✓ Les **œufs de consommation ou de table** sont produits par des **poules** dites "**poules pondeuses**".
- ✓ Les **poules pondeuses** sont élevées dans des **fermes** conformes aux dispositions de la **Loi 49-99** relative à "**la protection sanitaire des élevages avicoles, au contrôle de la production et la commercialisation des produits avicoles**".
- ✓ Les **fermes de poules pondeuses** sont **agrées** par les **Services Vétérinaires** du **Département de l'Agriculture** et sont supervisées par un **vétérinaire privé** muni d'un mandat sanitaire dans le cadre d'une **convention d'encadrement sanitaire**.
- ✓ Les **fermes** sont tenues de disposer d'un **registre d'élevage** régulièrement visé par le vétérinaire encadrant permettant de connaître l'état sanitaire des poules pondeuses en temps réel et d'assurer une **traçabilité** évidente de la production.
- ✓ Les **poules pondeuses** reçoivent un **aliment composé équilibré** constitué essentiellement de **grains** (maïs, orge,...), de **sous produits de la trituration** des **graines oléagineuses** (tourteaux de soja, de tournesol,...) et de petites quantités de **vitamines** et de **minéraux & oligo-éléments** pour prévenir les volailles contre les carences nutritionnelles.
- ✓ L'élevage des poules pondeuses dure environ **72 semaines**.
- ✓ Le Maroc produit **3,8 milliards d'unités** (un taux d'accroissement moyen annuel d'environ **6%** durant les trois dernières décennies). Cette production assure **100% de la demande exprimée** du Royaume en **œufs de consommation**.
- ✓ La **filière de production d'œufs de consommation** est constituée de :
 - **4 couvoirs** agréés de type ponte produisant **14 millions de poussins**.
 - **240 élevages** agréés de poules pondeuses.
 - **5 centres de conditionnement** agréés des œufs.
- ✓ Les **investissements cumulés** consentis dans la filière de production d'œufs de consommation sont évalués à **2 milliards Dhs** et le **chiffre d'affaires** est estimé à **4,5 milliards Dhs**.
- ✓ La filière de production d'œufs de consommation offre en permanence **12.000 emplois directs** et près de **30.000 emplois indirects** dans les circuits de commercialisation et de distribution.

CONSOMMATION DES ŒUFS AU MAROC ET A L'ETRANGER

La consommation moyenne par habitant et par an des œufs a enregistré une hausse notable entre 1970 et 2007 en passant de 21 à 121 œufs^(*). Cependant, ce niveau demeure très faible par rapport à celui relevé dans plusieurs pays comme le montre le graphique ci-après :

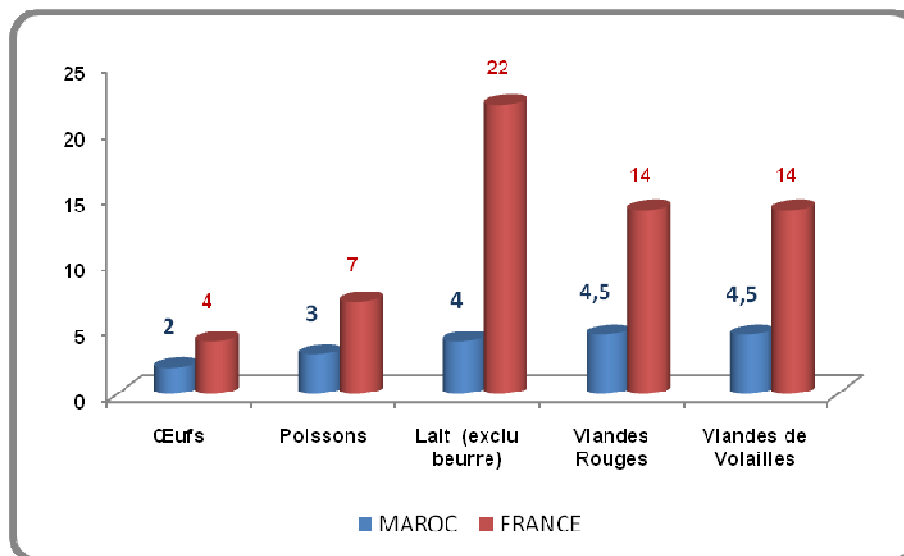


[Source : International Egg Commission - IEC]

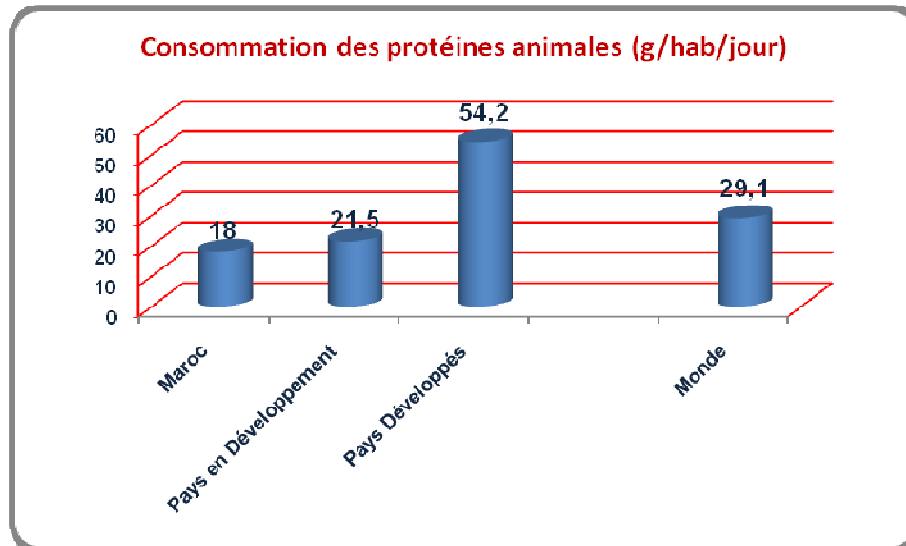
(*) : Production du secteur moderne et du secteur traditionnel.

La comparaison des niveaux et des sources des protéines d'origines animales au Maroc par rapport à la France montre une grande disparité entre les deux pays comme l'illustre le graphique ci-après :

Figure 1 : Sources des protéines d'origines animales au Maroc et en France (g/hab/jour)



[Source : Division de la statistique de la FAO]



[Source : FAO Food Balance Sheets]

L'analyse de la ration moyenne au Maroc montre que les apports de protéines d'origines animales se chiffrent actuellement à **18 g/hab/jour** contre **25 g/hab/jour** au minimum recommandées par l'OMS ; soit un **déficit de 7 g/hab/jour**.

Le coût de la protéine de l'œuf est le moins cher, ce qui place l'œuf au premier choix pour combler ce déficit.

COMPOSITION ET VALEUR NUTRITIONNELLE DES OEUFS

L'œuf contient un grand nombre de **nutriments** qui participe à la couverture des **besoins nutritionnels** liés à la **croissance** et au maintien de l'organisme en parfaite **santé**.

L'œuf constitue la source de **protéines**, de **vitamines**, de **minéraux** et **d'oligo-éléments** les **moins chers** qui existent sur le marché.

Sur le **plan nutritionnel**, **deux œufs** apportent **autant de nutriments** qu'une portion de **100 g de groupe viandes**.

Un **œuf de 60 g** fournit :

● Energie	: 90 kcal ou 376 kJ.
● Protéine	: 7 g.
● Matière grasse	: 6 g dont :
	• Mono et polyinsaturée : 4,5 g
	• Saturée : 1,5 g
	• Trans : 0 g
● Cholestérol	: 0,23 g.
● Glucide	: Trace.
● Vitamines	
● Minéraux et oligo-éléments	
● Autres nutriments	

A. ENERGIE

L'œuf est un aliment **peu énergétique** et grâce à ses propriétés à apaiser la faim, il constitue un excellent allié dans les **régimes minceurs**.

B. LES PROTEINES

L'œuf possède des **protéines d'excellente qualité**, notamment **l'ovalbumine** considérée par les nutritionnistes comme "**la protéine biologique de référence**" et comme **standard de l'efficacité protéique** chez **l'enfant**, la **femme enceinte**, la **femme allaitante** et les **personnes âgées**.

Les **protéines de l'œuf**, dont la **biodisponibilité** est d'environ **94%**, présentent des **concentrations élevées** en **acides aminés essentiels** car l'organisme est incapable de les synthétiser. Ils doivent donc être nécessairement apportés par l'alimentation. Ces acides **aminés essentiels** sont en **proportions idéales dans l'œuf**. Il s'agit notamment de la **lysine** et de la **méthionine** qui sont présents en quantité restreinte dans de très nombreux aliments, de **l'arginine**, de la **phénylalanine** et de la **cystine**.

L'œuf est parmi les **rares denrées alimentaires** qui contiennent **tous les acides aminés essentiels**.

C. LES LIPIDES

L'œuf contient des lipides concentrés essentiellement dans le **jaune d'œuf**. Ils sont constitués majoritairement d'**acides gras mono et polyinsaturés** et particulièrement en **acide oléique (oméga 9)**, en **acide linoléique (oméga 6)** et en **acide alpha-linoléique (oméga 3)**. Ces **acides gras insaturés** interviennent dans de nombreuses fonctions physiologiques primordiales dans l'organisme.

D. LES VITAMINES

L'œuf est un véritable cocktail de vitamines liposolubles et hydrosolubles. Il apporte une fraction importante de la ration journalière recommandée pour les vitamines.

✓ LES VITAMINES LIPOSOLUBLES :

Vitamine A :	Rôle au niveau de la peau et vision crépusculaire . Dans un œuf : 50% de la dose journalière d'un jeune enfant et 20% de celle d'un adulte.
Vitamine D :	Rôle dans la calcification osseuse . Dans un œuf : 10% au moins des besoins journaliers recommandés d'un adulte.
Vitamine E :	Rôle du puissant antioxydant qui s'oppose à l'action néfaste des radicaux libres sur les cellules de notre corps (antivieillessement, anti-cancer,...). Dans un œuf : + 20% de la dose journalière recommandée d'un enfant et 10% de celle d'un adulte.
Vitamine K :	Rôle biologique au niveau de la coagulation du sang . Dans un œuf : 20% de la dose journalière recommandée d'un enfant et 10% environ pour un adulte.

✓ LES VITAMINES HYDROSOLUBLES DU GROUPE B : Rôle biologique au sein de l'organisme (**activation** cellulaire **d'enzymes** impliquées dans des réactions biochimiques multiples participant au processus de **respiration**, à la fabrication de **l'hémoglobine, d'énergie** et au **métabolisme** de certains **acides gras**). Dans un œuf :

Vitamine B2	10% de la dose journalière recommandée de l'adulte et 25% de celle d'un enfant.
Vitamine B5	10% de la dose journalière recommandée de l'adulte et 30% pour celle d'un enfant.
Vitamine B8	10% de la dose journalière recommandée de l'adulte et 20% de celle d'un enfant.
Vitamine B9	7% de la dose journalière recommandée de l'adulte et 20% pour un enfant.
Vitamine B12	30% de la dose journalière recommandée de l'adulte et 40% de celle d'un enfant.

E. LES MINÉRAUX ET OLIGO-ÉLÉMENTS

L'œuf contient de nombreux **minéraux** et **oligo-éléments** parmi lesquels :

PHOSPHORE	Rôle dans les structures cellulaires et osseuses . Dans un œuf : 25% de la dose journalière pour un jeune enfant, 17% pour un adulte
FER	Rôle dans les échanges sanguins . Dans un œuf : 15% de l'apport journalier conseillé.
MAGNESIUM	Rôle dans la prévention des signes neuromusculaires avec des contractures et des troubles du comportement.
IODE	Rôle dans la prévention de la maladie de la thyroïde (hypothyroïdie).
SELENIUM	Rôle bénéfique au niveau des muscles avec des propriétés anti-oxydantes .

F. AUTRES NUTRIMENTS

La **lutéine** et la **zéaxanthine** se trouvent dans le **jaune d'œuf** et jouent un rôle très important pour réduire le risque de **cataractes** et la **dégénérescence maculaire** liée à l'âge.

La **choline** joue un rôle important dans le **développement** et le **fonctionnement du cerveau**. Un œuf de **60 g** contient **215 mg** de **choline**, soit près de **50% de l'apport suffisant (AS)** recommandé chez l'adulte.

L'œuf a une **grande valeur nutritive**, ce qui n'est pas étonnant puisqu'il renferme tous les nutriments nécessaires au développement de l'embryon, à la constitution du squelette et au fonctionnement de tous les organes des poussins à l'éclosion.

DONC : Les **œufs** sont des produits de **bonne qualité nutritionnelle, diététique, économiques, commodes, faciles à cuisiner**, qui **conviennent à toutes les catégories d'âge**. Ils sont aussi **délicieux** en toutes **circonstances. De bonnes raisons de les consommer encore et encore.**

INTERETS NUTRITIONNELS DES ŒUFS

De nos jours, **les consommateurs** sont de plus en plus **soucieux de leur alimentation**. Ils ont développé de **nouvelles exigences** et de **nouveaux centres d'intérêt**. Il s'agit en particulier d'exigences relatives aux critères de :

- **Fraicheur,**
- **Salubrité,**
- **Apport nutritif appréciable,**
- **Faible teneur en matières grasses,**
- **Facilité de préparation.**
- **Meilleur rapport qualité / prix.**

Les **œufs de consommation** répondent aux **attentes** des consommateurs. Ils allient avantageusement :

- **Qualité sanitaire** (liée aux conditions techniques et sanitaires optimales de production).
- **Qualité gustative** (liée à la saveur et à la texture de l'œuf).
- **Qualité nutritive** (liée à la composition, à la qualité, à la digestibilité et à la biodisponibilité des nutriments).
- **Qualité diététique** (liée à la teneur en calories et en matières grasses).
- **Créativité culinaire** (liée à la multitude des modes d'utilisation et de préparation des œufs. L'œuf permet de varier les menus. A la coque, en omelette, brouillé au plat... L'œuf est souvent utilisé pour enrichir les salades et comme liant de préparation dans les gratins, les sauces, les quiches... Il est aussi très souvent intégré aux desserts (pâtisseries, gâteaux, crème,...).
- **Facilité de préparation** (liée à la simplicité et la courte durée de préparation).
- **Qualité à prix abordable** (l'œuf fournit la meilleure protéine animale et la moins chère).

CONSERVATION ET MANIPULATION DES ŒUFS

Les œufs sont réputés pour leur très bonne aptitude à la conservation. Depuis longtemps l'homme, a su maximiser la conservation des œufs en les stockant de différentes manières (sable, paraffine, eau de chaux,...).

Afin d'optimiser sa conservation, **l'œuf** doit être stocké et conservé **au frais** dans le **réfrigérateur** à une température de **4°C** afin de prévenir d'éventuel développement de bactéries pathogènes.

Les œufs peuvent être gardés à **4°C** pendant **28 jours** en gardant toute sa saveur.

Les œufs peuvent être conservés à la **température ambiante** à l'abri de toute source de chaleur, de lumière et d'humidité. La durée de conservation s'en trouvera réduite dans ce cas là.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Les œufs de consommation ne sont **pas fécondés**.

La valeur nutritive des œufs n'est pas influencée par la couleur de la coquille ou le calibre des œufs.

La couleur du jaune d'œuf n'a pas de rapport avec la fraîcheur de l'œuf mais dépend seulement de l'alimentation de la poule pondeuse.

Le jaune d'œuf présente parfois une tache de sang. Ce n'est pas lié à la fraîcheur de l'œuf et ce n'est pas non plus un signe d'un œuf fécondé. Ceci est sans aucun risque pour le consommateur ; les taches du sang se produisent naturellement suite à la rupture d'un vaisseau sanguin durant la formation de l'œuf.

Les gros œufs présentent parfois un double jaune. Il s'agit simplement d'un œuf pondu par une jeune poule pondeuse en période de début de ponte.

ASTUCES :

Dans un récipient profond rempli d'eau, les **œufs frais coulent**. Plus l'œuf est moins frais, plus il aura tendance à flotter sur l'eau.

Vous pouvez aussi déterminer l'état de fraîcheur d'un œuf lorsque vous le cassez : plus le jaune est bien centré et ferme et le blanc est épais, plus l'œuf est frais.

LES BONS GESTES :

Ne rampez pas la chaîne du froid. Un œuf stocké au **réfrigérateur** doit l'être jusqu'à sa consommation. Il est conseillé de sortir les œufs du réfrigérateur une heure maximum avant leur utilisation.

Les œufs devraient être rangés et conservés au **réfrigérateur** avec le **petit bout en bas** pour limiter les échanges gazeux avec le réfrigérateur.

Les œufs doivent être conservés de préférence dans leur emballage d'origine. L'emballage protège les œufs de l'absorption des odeurs fortes des aliments à proximité (oignon, chou,...).

Ne lavez pas les œufs **avant de les stocker au réfrigérateur**. Cela risquerait d'endommager la cuticule qui protège l'œuf contre toute contamination microbienne.

Examinez les œufs et **éliminez** ceux dont la **coquille est fêlée**. La coquille est la première barrière naturelle de l'œuf contre les contaminations bactériennes.

LES ŒUFS, CES INDISPENSABLES

L'œuf a une **grande valeur nutritive**, ce qui n'est pas étonnant puisqu'il renferme tous les nutriments nécessaires au développement de l'embryon, à la constitution du squelette et au fonctionnement de tous les organes des poussins à l'éclosion.

Il n'existe **aucune différence** de **valeur nutritive** entre **l'œuf à coquille blanche** et **l'œuf à coquille brune**.

La quantité totale des **éléments nutritifs** varie selon **la taille du jaune** et de **l'œuf**. Les protéines contenues dans l'œuf sont dites "**complètes**" car elles renferment les **9 acides aminés essentiels**. Ceux-ci sont essentiels à l'organisme puisqu'il ne peut les fabriquer lui-même. Ils doivent donc être fournis par l'alimentation.

Puisque l'œuf contient les **9 acides aminés essentiels** et dans des **proportions équilibrées**, l'œuf est utilisé comme **référence** pour **évaluer la teneur en protéines** des autres aliments et la qualité de ces protéines. **L'œuf** est considéré comme une **excellente source de protéines de haute qualité**.

Les **matières grasses** sont composées de **75% d'acides gras mono et polyinsaturés** et **25% d'acides gras saturés**, et on retrouve environ **5% de cholestérol**, soit **0.23 g** dans un gros œuf de **60 g**.

L'œuf contient un **cocktail de vitamines et minéraux**. Un œuf de **60 g** est riche en vitamine liposolubles A, D, E et K et des vitamines hydrosolubles du groupe B (B2, B5, B8, B9 et B12). L'œuf est une **bonne source** du **phosphore**, du **zinc**, du **potassium**, du **fer**, du **magnésium**, d'**iode** et du **sélénium**.

Les **éléments nutritifs de l'œuf** se répartissent inégalement entre le **blanc** et le **jaune**. Le **blanc** fournit un peu **plus de la moitié des protéines** et la plus grande partie du **potassium** et de la riboflavine. Le **jaune** contient les **vitamines A, D, E et K** et la plupart des autres **minéraux** et **oligoéléments**, les **trois quarts des calories** et la **totalité des matières grasses**.

DONC : Les **œufs** sont des produits de **bonne qualité nutritionnelle, diététique, économiques, commodes, faciles à cuisiner**, qui **conviennent à toutes les catégories d'âge**. Ils sont aussi **délicieux** en toutes **circonstances**. **De bonnes raisons de les consommer encore et encore**.

ANNEXES

LIENS UTILES :

- <http://www.fisa.org.ma>
- <http://www.oeuf.ca>
- <http://www.lesoeufs.ca>
- <http://www.oeufcanada.ca>
- <http://www.eggs.ab.ca>
- <http://www.eggsite.com>
- <http://www.cnpo.fr>
- <http://www.oeufs-asso.com>
- <http://www.or-des-pres.fr>
- <http://www.itavi.fr>
- <http://www.fao.org>
- <http://www.internationalegg.com>

لائحة الخيريات المستفيدة من هبة البيض في إطار اليوم الوطني الأول للبيض

Liste des maisons de bienfaisance concernées par les donations d'œufs dans le cadre de la 1^{ère} Journée Nationale de l'Oeuf

المدينة Ville	عدد الخيريات المستفيدة Nombre de maison de bienfaisance	عدد النزلاء المستفيدين Nombre de bénéficiers
Tiznite	7	1 427
Agadir	2	260
Kalaat Esseraghna	31	2 082
Marrakech	7	1 544
Oujda	4	819
Meknès	19	3 446
Fes	9	1 071
Tanger	2	500
Al Hoceima	16	789
Laayoune	2	186
Casablanca	6	3 260
Rabat	4	1 566
Temara	2	240
Kénitra	1	30
Salé	1	100
Total	113	17 320

**لائحة الأسواق المتوسطة و الكبرى المستفيدة من أروقة
لتذوق البيض في إطار اليوم الوطني الأول للبيض**

من 16 إلى 18 يناير 2009

**Liste des Grandes et Moyennes Surfaces (GMS)
concernées par les stands de dégustations d'œufs
dans le cadre de la 1^{ère} Journée Nationale de l'œuf**

Du 16 au 18 janvier 2008

**Marjane Californie
Marjane Derb Sultan
Marjane Hay Hassani
Marjane Mohammedia
Marjane Riad
Marjane Bouregreg
Marjane Fès
Marjane Tanger
Marjane Menara
Marjane Agadir
Marjane Oujda
Marjane Meknès
Acima Twin
Acima City Center
Acima Menara
Acima Ghandi
Label'Vie Zaërs
Label'Vie Rabat Medina
Label'Vie Velodrome
Asswak Essalam Rabat
Asswak Essalam Marrakech
Asswak Essalam Agadir
Asswak Kenitra
Metro Bouskoura
Metro Marrakech**