



**PLUS QUE JAMAIS  
AUX CÔTÉS DES FEMMES !**  
***#NOUSSOMMESINVICIBLES***



# NOUS SOMMES INVINCIBLES

Mais nous en demandons beaucoup à notre corps. Avec Contrex, aidons-le chaque jour à se recharger en calcium et en magnésium. Notre corps est notre meilleur allié, il faut en prendre soin.

**CONTREX, VOTRE CORPS EST POUR**



  #NOUSSOMMESINVINCIBLES

**PARCE QUE CONTREX  
ACCOMPAGNE LES  
FEMMES DEPUIS  
PLUS DE 40 ANS,  
LA MARQUE EST  
OBSERVATRICE DE  
L'ÉVOLUTION DE  
LA PERCEPTION  
QU'ELLES ONT DE  
LEUR CORPS. POUR  
METTRE EN LUMIÈRE  
CES MUTATIONS,  
CONTREX A MENÉ  
UN SONDAGE  
D'OPINION EN  
PARTENARIAT AVEC  
L'IFOP\*.**



\* Etude réalisée par l'institut IFOP auprès d'un échantillon de 1003 femmes âgées de 30 à 49 ans, national représentatif de la population française, selon la méthode des quotas.

Questionnaire administré sur internet du 09 au 14 février 2017.

## UNE VIE BIEN REMPLIE !

AUJOURD'HUI, LES FEMMES ACCORDENT UNE FORTE IMPORTANCE À MENER À BIEN TOUS LEURS OBJECTIFS EN PARALLÈLE :

une bonne  
copine

87%

être une  
bonne mère

88%

s'accomplir  
dans leur travail

91%

être épanouie  
en couple

95%

PLUS DE ¾ D'ENTRE ELLES CONSIDÈRENT QUE LA VIE EST UNE COURSE DE TOUS LES INSTANTS ! POUR SUIVRE LA CADENCE, NOMBREUSES SONT CELLES QUI DÉCLARENT **NE SE FIXER QUE PEU OU PAS DE LIMITES À CE QU'ELLES PEUVENT ACCOMPLIR : PRÈS DE 90% !**

### ÊTRE BIEN DANS SES BASKETS POUR POUVOIR AVANCER !

Ce nouveau contexte sociétal traduit bien une chose : l'important, c'est ce que les femmes font et non plus ce à quoi elles ressemblent. Preuve en est, la minceur n'est plus une finalité revendiquée : **90% des femmes considèrent qu'être bien dans son corps, ce n'est pas être mince, c'est s'accepter tel qu'on est !**

#### > Le saviez-vous ?

*Pour 95% des femmes, être en forme est la recette gagnante pour avoir confiance en soi.*

### LE DÉPASSEMENT DE SOI, PAS QU'UNE HISTOIRE DE VOLONTÉ

Si les femmes sont en pleine réappropriation de leur corps, trop peu d'entre elles mesurent encore le pouvoir qu'il a pour aller au-delà de leurs propres limites. 85% des femmes pensent que se dépasser, c'est avant tout une histoire de volonté. Or, **95% d'entre elles estiment qu'elles sont limitées dans leurs activités quand leur condition physique est altérée.**

#### > Le saviez-vous ?

*Près de 3 femmes sur 4 puisent d'abord leurs forces en elles-mêmes pour trouver l'énergie pour se dépasser.*



**NOUS SOMMES INVINCIBLES**

Mais nous en demandons beaucoup à notre corps. Avec Contrex, aidons-le chaque jour à se recharger en calcium et en magnésium. Notre corps est notre meilleur allié, il faut en prendre soin.

**CONTREX, VOTRE CORPS EST POUR**



  #NOUS SOMMES INVINCIBLES



## 2 QUESTIONS À ANICK ROSAS, PSYCHOLOGUE ET COACH EN DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

01

« Quel est le rôle du corps dans le dépassement de soi ? »

Il est essentiel ! Lorsqu'elles se sentent bien dans leur peau, toniques, les femmes osent sortir de leur zone de confort. Avoir une bonne image de leur enveloppe corporelle booste leur confiance en elles.

A l'inverse, le corps imprime toutes nos émotions négatives : quand celles-ci sont refoulées, notre corps peut s'en trouver affecté et nous nous sentons bloquées.

Dans mes ateliers, j'invite les femmes à se révéler notamment via des thérapies corporelles. Grâce au mouvement, elles réapprennent à vivre en harmonie avec elles-mêmes pour pouvoir se dépasser.

02

« Quels sont les conseils que vous donnez aux femmes pour les aider à vivre le mieux possible avec tout ce que la société impose au quotidien ? »

Je leur propose de lâcher prise. Lâcher prise, c'est prendre de la hauteur sur notre vie à 100 à l'heure, apprendre à hiérarchiser ses priorités et à se recentrer sur ses valeurs.

Lâcher-prise, c'est apprendre à être de temps en temps dans « l'être » plutôt que dans le « faire », se débarrasser de l'exigence de perfection et de contrôle.

Pour lâcher-prise, enfin, j'accompagne les femmes à revenir dans le corps, à s'incarner. La méditation leur permet de centrer leur attention sur leurs ressentis, de faire le point sur le nécessaire et le superflu et de concentrer une grande énergie pour avancer dans de bonnes conditions.



« **CONTREX, VOTRE CORPS EST POUR** »

## CONTREX RÉINVENTE SON HISTOIRE D'AMOUR AVEC LES FEMMES

Dans un contexte de vie si intense où tout concilier est devenu impératif, la relation que les femmes ont avec leur corps a changé. Les femmes ne veulent plus être reconnues pour ce à quoi elles ressemblent, elles veulent être **reconnues pour ce qu'elles font**.

Parce que Contrex s'emploie à accompagner les femmes mieux que nulle autre marque d'eau minérale naturelle, la marque les encourage à être à l'écoute de leur corps, pour qu'elles puissent **libérer tout leur potentiel**. Aujourd'hui, Contrex affirme cette nouvelle posture dans sa toute nouvelle signature : « **Contrex, votre corps est pour** ».

Celle-ci prendra vie dès le 12 mars prochain à travers la campagne **#NousSommesInvincibles**. Contrex met en lumière le potentiel infini de chaque femme, pour accomplir de grandes choses, aller au

bout de ses convictions et franchir tous les obstacles. Seule condition : **être à l'écoute de son corps et en prendre soin**. Avec sa richesse en minéraux, Contrex y participe !

Pour porter ce message, Contrex diffusera un nouveau film de marque et des portraits de femmes invincibles et inspirantes sur son site internet [www.contrex.fr](http://www.contrex.fr), ainsi qu'un jeu-concours sur les réseaux sociaux.

## LES BIENFAITS DE CONTREX

**Contrex contient naturellement du calcium et du magnésium**, deux minéraux essentiels aux corps des femmes et participe ainsi aux besoins essentiels de chacun.

En France, la part de femmes ayant des apports insuffisants en calcium et en magnésium est importante. En effet, **plus d'une femme sur trois** a des apports calciques insuffisants et le chiffre monte à **plus d'une femme sur deux** s'agissant des apports magnésiens\*.

Avec 468 mg de calcium et 74,5 mg de magnésium par litre, Contrex est donc une solution naturelle pour aider le corps à avancer en complétant ses apports en minéraux. En effet, la consommation d'1L de Contrex permet de couvrir **58% des apports de référence en calcium et 19% des apports de référence en magnésium**.

### > Le saviez-vous ?

**Le calcium** est le minéral le plus abondant du corps humain et contribue à la formation et à la solidité des os et des dents\*\* (99% du calcium est localisé dans l'os). Indispensable à tout âge !

**Le magnésium** aide à réduire la fatigue et contribue au fonctionnement normal du système nerveux et musculaire. Un allié de choix au quotidien !

\*Crédoc. CCAF 2013. Echantillon représentatif de la population féminine française. Part des femmes n'atteignant pas leur Besoin Nutritionnel Moyen.

\*\* Règlement (UE) N° 432/2012 de la Commission du 16 mai 2012 établissant une liste des allégations de santé autorisées portant sur les denrées alimentaires, autres que celles faisant référence à la réduction du risque de maladie ainsi qu'au développement et à la santé infantiles



**Contrex**  
EAU DE FRUITS

## CONTREX EAU DE FRUITS : LE PLAISIR DES FRUITS EN PLUS !

Force est de constater qu'aujourd'hui, les femmes cherchent à prendre soin d'elles tout en **se faisant plaisir !**

Pour toutes celles qui ne souhaitent pas faire de concessions sur le goût, Contrex crée Eau de Fruits. **Une offre 100% féminine** avec de l'eau minérale naturelle Contrex, toute la naturalité du fruit\*, une touche de sucre...et c'est tout !

## UNE BOISSON UNIQUE SUR LE MARCHÉ

À la fois riche en goût, naturelle et délicate, chaque gorgée de Contrex Eau de Fruits offre un plaisir subtil.

Les saveurs sont à l'image de Contrex... Légères et rafraichissantes, avec la plus faible teneur en sucre sur le marché (1g/100ml), elle apporte **seulement 5 kcal aux 100 mL\*\* !**

Et bien évidemment, c'est sans colorant et sans arôme artificiel.



\* Extraits naturels de fruits  
\*\* Contrex est faible en calories



## 2 ASSOCIATIONS INÉDITES ET ENSOLEILLÉES

**Contrex Eau de Fruits Framboise Menthe :** Toute la gourmandise de la framboise relevée par la fraîcheur de la menthe, pour une sensation aussi délicate que parfumée.

**Contrex Eau de Fruits Citron Pamplemousse :** L'acidité du citron associée à l'amertume du pamplemousse, pour une parenthèse de fraîcheur à chaque gorgée.

Une vague de plaisir assurée  
pour les beaux jours !



## CONTREX DONNE LA PAROLE AUX FEMMES INVINCIBLES

> Témoignages à retrouver sur le site  
[www.contrex.fr](http://www.contrex.fr)

“

*J'ai créé une entreprise sur le modèle de l'économie sociale et solidaire. J'ai ouvert mon atelier à Barbès et je m'entoure de salariés en insertion car j'ai besoin d'être utile pour les autres. Dans ce milieu difficile, je n'ai qu'un objectif : imposer ma vision et réussir.*

—  
SAKINA M'SA



“

*Je suis championne du monde de karaté et avocate. Pour concilier les deux, j'ai dû faire preuve d'abnégation et réaliser des sacrifices. Pas une seule seconde je n'ai pensé à abandonner. Ce n'est pas dans mon tempérament.*

—  
ALEXANDRA RECCHIA







***#NOUSSOMMESINVICIBLES***

**CONTACT PRESSE :**

Delphine Hilaire  
06 22 68 29 64  
[delphine.hilaire@mtrchk.com](mailto:delphine.hilaire@mtrchk.com)