

# Be... yourself

BY LPG & Femme Actuelle

Après plus de 2 mois confinés,  
on mérite de prendre soin de soi et se faire chouchouter !  
Suivez le challenge de ces femmes, coachées par des experts, qui se sont données 6  
semaines pour gagner en confiance et gommer leurs petits complexes.  
Découvrez leurs objectifs et suivez leurs programmes LPG sur leurs réseaux sociaux.  
Rdv en juillet pour voir leurs avant/après.



# MON CORPS ET MOI

Quatre femmes, se sont retrouvées pour parler de leurs petits complexes. Sur les conseils des experts LPG, d'une nutritionniste et d'une coach, elles ont 6 semaines pour réussir leur objectif naturellement.



« J'AI DES PETITES ZONES DE CELLULITE REBELLES DERRIÈRE LES CUISSSES QUE JE NE SERAIS PAS CONTRE DE DÉGOMMER »  
EMMA, @EMMAFITNESSGOAL



## EMMA

@emmafitnessgoal

Emma est une jeune maman, sportive, qui, après son accouchement, souhaite prendre soin d'elle et essayer de lisser la cellulite sous les fesses.

## CLÉMENTINE

@parisgrenoble

Clémentine, a prévu un rééquilibrage alimentaire et se donne pour objectif de rentrer dans son jean test d'ici 6 semaines !



RETROUVEZ LES DANS 6 SEMAINES  
POUR LE AVANT/APRÈS ET LEURS RETOURS SUR  
CETTE EXPÉRIENCE !

# MON VISAGE ET MOI

Six femmes ont été coachées pour en finir avec leur petits complexes du visage. Elles ont 6 semaines pour tonifier leur visage ou retrouver l'éclat de leur teint et surtout gagner en confiance en soi. Découvrez leurs objectifs et suivez leurs programmes LPG sur leurs réseaux sociaux. Rdv en juin pour voir leurs avant/après.



« J'AVAIS UN PEU PEUR QUE CE SOIT DOULOUREUX ET EN FAIT PAS DU TOUT C'EST MÊME AGRÉABLE ! »  
VIRGINIE, @POUSSINE



## VIRGINIE

@Poussine

Virginie est maman, a une vie bien remplie, assume son âge et ses complexes mais aimerait gagner en éclat et tonicité naturellement.

## DIANE

@dianeperreau

Diane, a une vie à 1000 à l'heure, elle souhaite gagner en éclat et lisser le bas du visage.



RETROUVEZ LES DANS 6 SEMAINES POUR LE AVANT/APRÈS ET LEURS RETOURS SUR CETTE EXPÉRIENCE !

# BIEN DANS MA PEAU

Retrouvez ici tous nos conseils, astuces et explications pour prendre soin de son corps grâce à endermologie®.

Be...  
yourself  
by LPG & Femme Actuelle



# L'ENDERMOLOGIE® BY LPG

A l'opposé de nombreuses techniques disponibles sur le marché, LPG® endermologie propose une alternative 100% naturelle : relancer l'activité cellulaire endormie au cœur de notre peau pour lutter contre toutes manifestations inesthétiques.



## UNE ALTERNATIVE 100% NATURELLE

Une beauté qui nous ressemble. NATURELLE. SAINE. DURABLE. Une stratégie intelligente SANS RISQUE, SANS EFFET SECONDAIRE dans un combat sensé pour ralentir les effets inesthétiques du temps qui passe.

LIRE LA SUITE →

## LA BEAUTÉ, DE L'INTÉRIEUR

Agissant tel un véritable fitness de la peau, la technologie LPG permet de relancer la production de collagène, d'élastine et d'acide hyaluronique naturellement présents dans notre peau.

LIRE LA SUITE →



## UN PROGRAMME SILHOUETTE SUR-MESURE

Agissant simultanément sur le déstockage des graisses rebelles et sur la qualité de peau endermologie® a une action directe sur les nos cellules de la minceur et de la jeunesse . Une prise en charge à 360°, mettant fin au dilemme : minceur ou fermeté ?

LIRE LA SUITE →

Be...  
yourself  
BY LPG & Femme Actuelle



emmafitnessgoal



2 418

Publications

184 K

Abonnés

708

Abonnements

EMMAFITNESSGOAL  SNAP  & YT 

Blogueur

FUTURE #DIETETICIENNE

💖💖 FITNESS -FOOD -BIEN ÊTRE 💖💖

💖💖 Ebook recettes Healthy sur le blog 💖💖

💖💖 Ambassadrice @womensbest.fr ... suite

[tidd.ly/bb09c3f7](https://tidd.ly/bb09c3f7)

Abonné(e)s : [lpgendermologie](#), [leseclaireuses.bienetre](#) et  
9 autres personnes



emmafitnessgoal 23h

Missy Elliott · Get Ur Freak On



***A ton avis ?***



POUR QUELLE  
ACTIVITÉ EST PRÉVUE  
CETTE TENUE ?

Écrivez quelque chose...

@lpgendermologie



Envoyer un message





emmafitnessgoal 23h

Missy Elliott · Work It



## **La réponse**

**Aujourd'hui je vais faire ma première séance @lpgendermologie**

**Objectif pour moi amélioration de la qualité de ma peau post grossesse car tout naturellement j'ai perdu en élasticité**

**Et pourquoi pas lisser un peu plus ma peau au passage**



Envoyer un message







emmafitnessgoal 22h



**Objectif: Élasticité cutanée**

**@lpgendermologie**



Envoyer un message





emmafitnessgoal 22h



**J'ai une très très légère perte d'élasticité cutanée au niveau du ventre et des hanches suite à la grossesse qui ne se voit pas du tout quand ma peau est tendue mais un peu quand je suis assise ou autre!**

**Attention ⚠ Ça ne me complexe absolument pas c'est juste normal pour moi! Je suis tellement reconnaissante d'avoir un corps qui m'a permis d'avoir un bébé et qui a bien récupéré ca fait juste parti de la nature**

**mais on m'a proposé de tester cette méthode, donc je suis curieuse de voir les résultats! Je suis totalement pour accepter les choses mais toujours partante si on peut donner un petit coup de boost à la nature de manière saine et bienveillante!**

**Par ailleurs ça me permettra de faire un retour éclairé aux femmes qui peuvent être complexées par la même chose à mon échelle ou à plus grande**

**@lpgendermologie**



Envoyer un message





emmafitnessgoal 19h



**Hyper agreeable**

**@lpgendermologie**



Envoyer un message





emmafitnessgoal 19h

Wiz Khalifa · Something New (feat. Ty Dolla \$ign)



**Le mouvement de la machine sur le ventre @lpgendermologie**



Envoyer un message

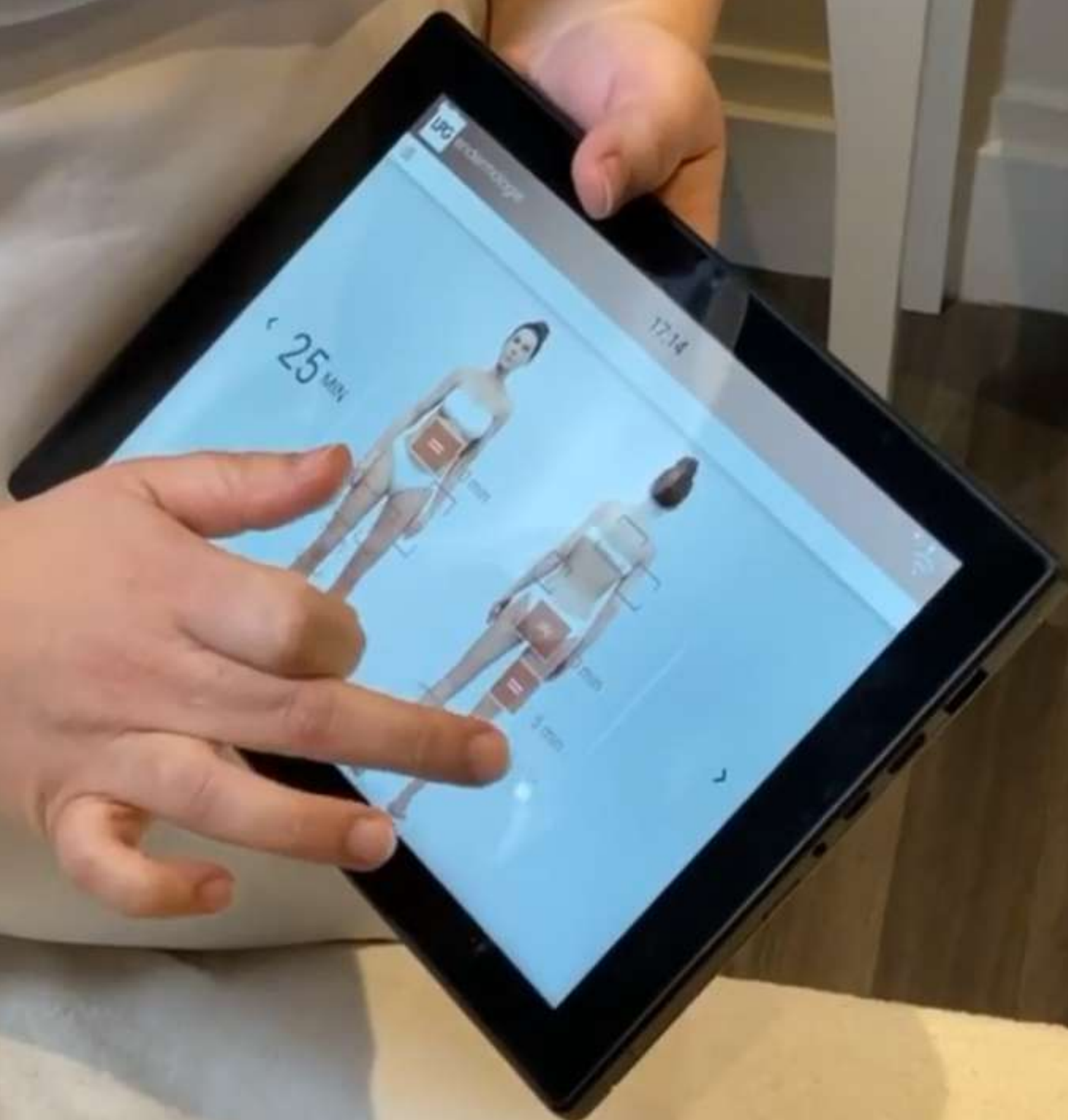




emmafitnessgoal 20h  
∞ Boomerang par instagram



**Focus ventre et arrière  
cuisses @lpgendermologie  
chez @jolieismamans**



Envoyer un message





emmafitnessgoal 18h



**Shape 8 juin 2020**

**Taille 73 cm**

**Dessous nombril 86cm**

**Hanches 105 cm**

**Cuisse 62 cm**

**Je vise pas du tout la perte de cm  
mais j'ai pris mes mensurations au  
cas où peut être qu'il y aura des  
résultats à comparer...**



Envoyer un message





parisgrenoble



2 885

Publications


110 K

Abonnés

503

Abonnements

Clémentine Drn 

Fashion, travel, flowers & lifestyle 

 parisgrenobleblog@gmail.com

  #GusetCali #GustaveleMignon

 @parisgrenoblefactory... suite

[parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html](https://parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html)

Abonné(e)s : enjoyphoenix, lpgendermologie et 14 autres personnes

Voir la traduction



parisgrenoble



Go pour le tournage avec  
@lpgendermologie



Envoyer un message





parisgrenoble

Comme je le disais en début d'après-midi je suis en tournage avec @lpgendermologie je ne sais pas si vous vous souvenez j'avais fait un concours pour faire gagner des séances et on avait fait un tournage à Paris avec la gagnante. Et du coup comme tout a été chamboulé



Envoyer un message



parisgrenoble

@lpgendermologie

Avec le covid et bien on  
fait un tournage dans  
l'institut où je fais mes  
séances et du coup c'est la  
première séance et j'ai  
trop hâte !!



Envoyer un message





parisgrenoble



2 885

Publications


110 K

Abonnés

503

Abonnements

Clémentine Drn 

Fashion, travel, flowers & lifestyle 

 parisgrenobleblog@gmail.com

  #GusetCali #GustaveleMignon

 @parisgrenoblefactory... suite

[parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html](https://parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html)

Abonné(e)s : mugbreak, laoramrtn et 102 autres personnes

[Voir la traduction](#)



parisgrenoble 21h  
Kelly Rowland · Work (Freemasons Radio Edit)



Merci de ne pas toucher  
aux produits

NOVELLA INSTITUTS

NOVELLA INSTITUTS

Tournage @lpgendermologie

(Put it in)  
Check it, baby, get it,  
baby, check



Envoyer un message



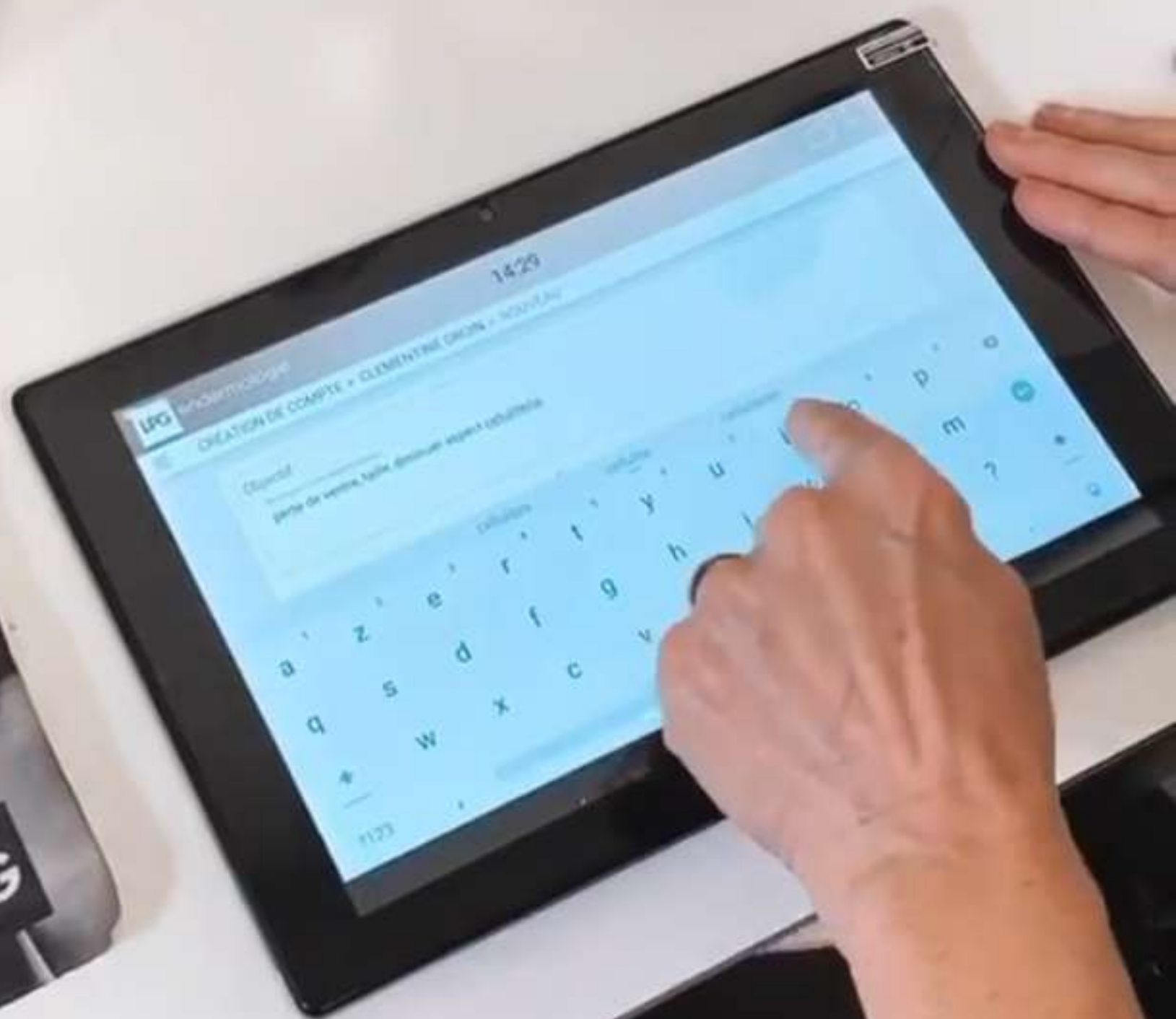
parisgrenoble 21h

✦ Bali Sun par mariefeandjakesnow



C'est parti pour une cure  
de 6 séances de  
@lpgendermologie chez

📍 NOVELLA INSTITUTS



Et voici mes objectifs 🙊



Envoyer un message



parisgrenoble 21h

✦ Bali Sun par mariefeandjakesnow



Go go go

@lpgendermologie



Envoyer un message



parisgrenoble 21h

✦ Bali Sun par mariefeandjakesnow



On a fait les photos avant!  
Je n'ai pas voulu les voir 🙄  
[@lpgendermologie](#)



Envoyer un message



parisgrenoble 20h

✦ Bali Sun par mariefeandjakesnow



C'est donc parti pour 6 séances de  
@lpgendermologie

Je fais ventre, fesses et arrière  
des cuisses

Trop hâte de voir le avant/après.

Bien entendu je vais me mettre un

coup de pied aux fesses niveau

alimentation et faire du gainage!

Michèle de chez Novella est  
une crème !!



Envoyer un message





parisgrenoble 20h

✦ Bali Sun par mariefeandjakesnow



Et franchement ça ne fait pas du tout mal.  
Ma prochaine séance c'est jeudi et j'ai  
trop hâte pcq je me sens toute légère et  
relaxée après 40 minutes de soin  
[@lpgendermologie](#)



Envoyer un message





parisgrenoble



2 887

Publications


111 K


Abonnés

503

Abonnements

Clémentine Drn 

Fashion, travel, flowers & lifestyle 

 parisgrenobleblog@gmail.com

  #GusetCali #GustaveleMignon

 @parisgrenoblefactory... suite

[parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html](https://parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html)

Abonné(e)s : enjoyphoenix, lpgendermologie et 14 autres personnes

Voir la traduction

parisgrenoble

Deuxieme séance de  
[@lpgendermologie](#) chez  
[@novellainstituts](#)

Pile ce dont j'avais besoin  
aujourd'hui

Avec [@femme\\_actuelle](#)



Envoyer un message





emmafitnessgoal



2 431

Publications

184 K

Abonnés

711

Abonnements

EMMAFITNESSGOAL  SNAP  & YT 

FUTURE #DIETETICIENNE

💕💕 FITNESS -FOOD -BIEN ÊTRE 💕💕

💕💕 Ebook recettes Healthy sur le blog 💕💕

💕💕 Ambassadrice @womensbest.fr ... suite

[womens.best/EmmaFitnessGoal](https://womens.best/EmmaFitnessGoal)

Abonné(e)s : [sissymua](#), [leseclaireuses.bienetre](#) et 11 autres personnes



LPG 3sem



**Le super concept  
de @joliesmamans  
pour mes séances @lpgdermologie**

**Une professionnelle de l'enfance garde bébé  
pendant que maman prend soin d'elle**



Envoyer un message





emmafitnessgoal



2 422

Publications

184 K

Abonnés

709

Abonnements

EMMAFITNESSGOAL

FUTURE #DIETETICIENNE

💕💕 FITNESS -FOOD -BIEN ÊTRE 💕💕

💕💕 Ebook recettes Healthy sur le blog 💕💕

💕💕 Ambassadrice @womensbest.fr ... suite

[tidd.ly/bb09c3f7](https://tidd.ly/bb09c3f7)

Abonné(e)s : [lpgendermologie](#), [leseclaireuses.bienetre](#) et  
9 autres personnes



emmafitnessgoal 7h



## Séance 4 @lpgendermologie

Je vois un léger changement pour le moment  
uniquement visible par moi mais ça évolue



Envoyer un message





emmafitnessgoal 7h



**Après chaque séance avec la machine**

**@lpgendermologie**

**on retire la combinaison puis on applique des crèmes pour renforcer l'action de la machine**



**Je fais mes séances à l'institut @joliesmamans**



Envoyer un message







parisgrenoble



2 890

Publications


111 K

Abonnés

504

Abonnements

Clémentine Drn 

Fashion, travel, flowers & lifestyle 

 parisgrenobleblog@gmail.com

Mum of Two  

 @parisgrenoblefactory

[parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html](https://parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html)

Abonné(e)s : enjoyphoenix, lpgendermologie et 14 autres personnes

[Voir la traduction](#)



parisgrenoble



***C'est parti pour ma 4ème  
séance @lpgendermologie  
chez @novellainstituts***



Envoyer un message



parisgrenoble

**@lpgendermologie**

**@novellainstituts**

***Je travaille sur les poignées  
d'amour, les fesses, le haut des  
cuisses et surtout le ventre.  
Objectifs : raffermir la peau,  
gommer la cellulite, et remodeler la  
silhouette***



Envoyer un message



parisgrenoble

**Heyyy coucou par ici j'espère que vous allez bien et que vous passez un bon mercredi! Ici c'était un mercredi un peu relou je ne vous le cache pas ! Heureusement j'ai eu ma séance de @lpgendermologie qui a allégé la chose !**



Envoyer un message





parisgrenoble



2 891

Publications


110 K


Abonnés

504

Abonnements

Clémentine Drn 

Fashion, travel, flowers & lifestyle 

 parisgrenobleblog@gmail.com

Mum of Two  

 @parisgrenoblefactory

[parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html](https://parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html)

Abonné(e)s : **mugbreak**, **laoramrtn** et **101 autres personnes**

**Voir la traduction**

parisgrenoble 5h

✦ Bali Sun par mariefeandjakesnow

**Je me sens bcp moins serrée à la taille dans mes jeans. Je crois que mes séances de @lpgendermologie Chez @novellainstituts commencent leurs effets 🥰🥰**



Envoyer un message





parisgrenoble



2 891

Publications

110 K


Abonnés

504


Abonnements

Clémentine Drn 

Fashion, travel, flowers & lifestyle 

 parisgrenobleblog@gmail.com

Mum of Two  

 @parisgrenoblefactory

[parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html](https://parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html)

Abonné(e)s : enjoyphoenix, lpgendermologie et 14 autres personnes

Voir la traduction



parisgrenoble

Allez gooo 4ème séance de  
@lpgendermologie chez  
@novellainstituts



Envoyer un message







emmafitnessgoal



2 424

Publications

184 K

Abonnés

709

Abonnements

EMMAFITNESSGOAL  SNAP  & YT 

FUTURE #DIETETICIENNE

💕💕 FITNESS -FOOD -BIEN ÊTRE 💕💕

💕💕 Ebook recettes Healthy sur le blog 💕💕

💕💕 Ambassadrice @womensbest.fr ... suite

[tidd.ly/bb09c3f7](https://tidd.ly/bb09c3f7)

Abonné(e)s : **sissymua, leseclaireuses.bienetre** et 10 autres personnes



emmafitnessgoal 23h

🎧 Burak Yeter · Tuesday (feat. Danelle Sandoval)



**Institut @joliesmamans**

**@lpgendermologie stimule la peau pour plus d'élasticité et stimule la circulation sanguine et lymphatique! Particulièrement efficace donc pour les symptômes de la rétention d'eau et la cellulite.**



Envoyer un message





emmafitnessgoal 23h



**Pour celles qui m'ont demandé**

dermologie

10:45

CUEIL > CRÉATION DE COMPTE > CONTRE INDICATIONS

### INFORMATIONS SUR LES SOINS ENDERMOLOGIE®

#### Contre-indications générales strictes :

- Cancer en cours d'évolution (sauf avis médical écrit)
- Traitement anticoagulant
- Maladie du sang
- Maladie en période de poussée inflammatoire
- Infections, éruptions cutanées

#### Contre-indications endermologie® corps :

- Grossesse (hormis traitement des membres inférieurs)
- Phlébite
- Greffe d'organe
- Insuffisance rénale

#### Contre-indications endermologie® visage :

- Vitiligo
- Acné inflammatoire et infectieux
- Herpès

#### Contre-indications locales :

- Couperose
- Varicosités et varices
- Chirurgie des veines (pendant 2 mois)
- Zones opérées en chirurgie esthétique (pendant 6 mois)
- Plaie et lésion cutanée
- Cicatrice récente, hypertrophique ou chéloïde
- Hernies abdominales ou inguinales
- Lipome
- Grains de beauté en relief
- Injections de produit de comblement (pendant 2 semaines)
- Injections de Botox® (pendant 2 semaines)
- Piercing
- Angiome
- Implants sous cutanés
- Fils d'or et fils crantés
- Lésion ostéo-articulaire ou musculaire au stade aigu

En cas de doute, demander un avis médical écrit.

Les contre-indications aux soins endermologie® ont été abordées lors de l'évaluation.

**Les contres indications**

**@lpgendermologie**



Envoyer un message





emmafitnessgoal 23h

Black Eyed Peas, Ozuna, J. Rey Soul · MAMAC... E



**La machine @lpgendermologie combine un rouleau et un clapet motorisés à une aspiration, qui prend la peau en profondeur. Cette stimulation relance différents mécanismes physiologiques simultanément. Prix généralement d'une séance 60€ environ**



Envoyer un message





emmafitnessgoal



2 426

Publications

184 K

Abonnés

708

Abonnements

EMMAFITNESSGOAL  SNAP  & YT 

FUTURE #DIETETICIENNE

💕💕 FITNESS -FOOD -BIEN ÊTRE 💕💕

💕💕 Ebook recettes Healthy sur le blog 💕💕

💕💕 Ambassadrice @womensbest.fr ... suite

[tidd.ly/bb09c3f7](https://tidd.ly/bb09c3f7)

Abonné(e)s : **clembtr, marine\_weightandsee** et 35 autres personnes



LPG 1sem



**Focus :**

**@lpgendermologie**  
**élasticité du ventre**  
**post bébé**



Envoyer un message





LPG 1sem

Jhené Aiko · B.S. (feat. H.E.R.) E



**@lpgendermologie**  
**Comment ça fonctionne ?**

**Technique non invasive, la machine stimule délicatement la peau pour synthétiser à nouveau collagène, acide hyaluronique et du coup élasticité**



Envoyer un message





parisgrenoble



2 897

Publications


110 K

Abonnés

504

Abonnements

Clémentine Drn 

Fashion, travel, flowers & lifestyle 

 parisgrenobleblog@gmail.com

Mum of Two  

 @parisgrenoblefactory

[parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html](https://parisgrenoble.com/2020/06/robe-a-pois-lilas.html)

Abonné(e)s : **maisonsdumonde**, **agencewellcommedia** et

**5 autres personnes**

**Voir la traduction**



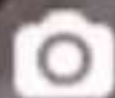
parisgrenoble 19h

✦ Mironova par polinara\_mir



@novellainstituts

Du coup mon tournage avec  
@lpgendermologie est terminé. Enfin ça  
fait un moment d'ailleurs ! Mais on a  
fait le avant/apres, j'ai trop hâte de  
vous montrer pcq honnêtement j'étais  
sceptique et puis en fait en voyant les  
photos avant ahemmmm



Envoyer un message



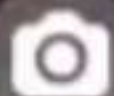
parisgrenoble · 19h

✦ Mironova par polinara\_mir



[@lpqdermologie](#)  
[@novellainstituts](#)

Et après hehe... et bien y a de  
grosses différences! je suis choquée  
et je pense que je vais continuer  
du coup pcq je suis + que  
convaincue !! Vraiment je suis  
choquée



Envoyer un message



parisgrenoble 19h

✦ Mironova par polinara\_mir



@novellainstituts

Du coup mon tournage avec @lpgendermologie est terminé. Enfin ça fait un moment d'ailleurs ! Mais on a fait le avant/apres, j'ai trop hâte de vous montrer pcq honnêtement j'étais sceptique et puis en fait en voyant les photos avant ahemmmmm



Envoyer un message

