

Meedoen aan de vitamine C challenge en wil je weten wat je precies moet doen? Volg dan deze stappen:

1. Je bent genomineerd of je wilt uit jezelf meedoen aan de challenge
2. Bereid je ontbijt, lunch of avondmaaltijd zoals je altijd doet maar mét een extra Vitamine C Boost. Dit doe je door producten te vervangen met groente en fruit of deze aan je maaltijd toe te voegen
3. Maak een kort filmpje waarin je jezelf voorstelt, jouw vitamine C boost gerecht en producten laat zien en drie mensen NOMINEERT en hen uitdaagt dit ook te doen
4. Plaats dit filmpje op LinkedIn, Twitter, Facebook en Instagram en TAG deze 3 mensen.
5. Gebruik #vitamineCchallenge