Checkliste Cili-Swish Anwender

Beginn Datum & Menge der Einnahme Cili Swish:_____ Spray _____

Bitte notiere dir vor Beginn der Einnahme der Cili Produkte deine körperliche und emotionale Gesamtverfassung. Überprüfe diese Angaben nach allen 1 bis 2 Monaten, um mögliche Verbesserungen festzustellen. **Dies ermöglicht dir, Veränderungen, die sich nicht unmittelbar einstellen und mehr Zeit benötigen, besser wahrzunehmen.** Die freien Felder für eigene Notizen / Symptome / Befindlichkeiten. Trage den Zustand nach Schulnoten ein (oder eventuell Laborwerte).

1 = bestens / alles in Ordnung
2 = gut / gefällt mir
3 = naja / so durchschnittlich
4 = unzureichend / verbesserungswürdig
5 = mangelhaft / schlecht
6 = stark belastet / sehr schlecht

Befindlichkeiten	nach 1 Monat	nach 2 Monaten	nach 3 Monaten	nach 4 Monaten	nach 5 Monaten	nach 6 Monaten
Allergien / Nahrungsunverträglichkeiten						
Allgemeine Stimmung						
Augen / Sehstärte						
Belastbarkeit emotional / Nervosität						
Belastbarkeit körperlich						
Blutdruck						
Blutzucker						
Energielevel						
Gedächtnis / Konzentration						
Gelenke (Hüfte / Knie / Füße)						
Gelenke (Arme / Hände)						
Wirbelsäule / Rücken / Nacken						
Haut (Gesicht)						
Haut (Körper / Hände)						
Kopfschmerzen / Migräne						
Libido / Potenz						
Magen / Sodbrennen						
Menstruation / Regelschmerzen / PMS						
Menopause / Hitzewallungen						
Nägel / Haare						
Narben						
Neurodermitis / Ekzem / Schuppenflechte						
Nieren / Blase / Prostata						
Parodontose / Zahnfleisch						
Schlaf / Durchschlafen						
Schmerzen						
Schnarchen						
Verdauung / Darm						
Wohlbefinden insgesamt						

Hinweis: Cili Swish und Cili Quick Shot Sprays Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge sollte nicht überschritten werden. Die bereitgestellte Information ist nicht als Ersatz für Empfehlungen Ihres Arztes oder Heilpraktikers gedacht. Es ist auch keine Heilaussage oder Aufforderung zur Selbstmedikation. Bei Schwangerschaft, vorliegendem Krankheitsverdacht oder bei gesundheitlichen Beschwerden muss ein Arzt oder Heilpraktiker konsultiert werden. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.