

POLITYKA PRYWATNOŚCI I PLIKÓW COOKIES

DIETA OD KUCHNI

Wersja obowiązująca od dnia: 08.06.2026 r.

Jeżeli tutaj trafiłeś/aś, to znak, że zależy Ci na swojej prywatności. Poniżej znajdziesz wszystkie informacje o tym, jak przetwarzamy Twoje dane osobowe i wykorzystujemy pliki cookies na stronie www.dietaodkuchni.com.

1. Kto jest administratorem Twoich danych osobowych?

Administratorem Twoich danych osobowych jest Gabinet dietetyczny Dieta od Kuchni – Edyta Sołek-Trojnar, Maszkowice 308, 33-390 Łącko, NIP: 8161642009.

Kontakt w sprawach danych osobowych: dietaodkuchni@gmail.com

Niniejsza Polityka prywatności dotyczy strony internetowej www.dietaodkuchni.com oraz sklepu www.dietaodkuchni.com/sklep.

2. W jakich celach przetwarzamy Twoje dane osobowe?

Realizacja usług dietetycznych (konsultacje)

Dane przetwarzane w celu zawarcia i wykonania umowy o świadczenie usług dietetycznych. Obejmuje to dane identyfikacyjne, kontaktowe oraz dane zdrowotne niezbędne do prowadzenia procesu dietetycznego.

Podstawa prawna: art. 6 ust. 1 lit. b RODO (wykonanie umowy), art. 9 ust. 2 lit. a RODO (wyraźna zgoda na przetwarzanie danych zdrowotnych).

Dane zdrowotne (wyniki badań, stan zdrowia, przyjmowane leki, informacje o samopoczuciu) są danymi szczególnej kategorii w rozumieniu art. 9 RODO i przetwarzane są wyłącznie na podstawie Twojej wyraźnej zgody, na potrzeby prowadzenia procesu dietetycznego.

Realizacja zamówień w sklepie

Dane przetwarzane w celu realizacji zamówień na Produkty Cyfrowe, obsługi płatności i ewentualnych reklamacji.

Podstawa prawna: art. 6 ust. 1 lit. b RODO (wykonanie umowy), art. 6 ust. 1 lit. c RODO (obowiązki podatkowe).

Newsletter i marketing

Dane przetwarzane w celu wysyłki newslettera, informacji o produktach i usługach, materiałów edukacyjnych.

Podstawa prawna: art. 6 ust. 1 lit. b RODO (wykonanie umowy o usługę newslettera), art. 6 ust. 1 lit. f RODO (prawnie uzasadniony interes – marketing własny), art. 6 ust. 1 lit. a RODO (zgoda na informacje handlowe).

Obsługa reklamacji i roszczeń

Dane przetwarzane w celu obsługi reklamacji, odstąpień od umowy oraz ewentualnego ustalenia, dochodzenia i obrony roszczeń.

Podstawa prawna: art. 6 ust. 1 lit. b i c RODO, art. 6 ust. 1 lit. f RODO.

Obowiązki podatkowe i księgowość

Dane przetwarzane w celu wystawiania faktur i realizacji obowiązków podatkowych.

Podstawa prawna: art. 6 ust. 1 lit. c RODO (obowiązek prawny).

Czas przechowywania: 5 lat od zakończenia roku podatkowego.

Kontakt i komunikacja

Dane przetwarzane w celu odpowiedzi na wiadomości i pytania kierowane do Administratora.

Podstawa prawna: art. 6 ust. 1 lit. f RODO (prawnie uzasadniony interes).

3. Jakie dane przetwarzamy?

- imię i nazwisko;
- adres e-mail;
- numer telefonu;
- dane zdrowotne (wyniki badań, stan zdrowia, przyjmowane leki i suplementy, informacje o samopoczuciu, dziennik żywieniowy) – wyłącznie w ramach usług dietetycznych, na podstawie wyraźnej zgody;
- adres IP i dane techniczne (przy korzystaniu ze strony);
- dane do faktury (na życzenie).

4. Jak długo przechowujemy Twoje dane?

- Dane z konsultacji dietetycznych: przez czas trwania współpracy, a po jej zakończeniu przez okres przedawnienia roszczeń (do 6 lat) oraz przez okres wymagany przepisami prawa dla dokumentacji medycznej (do 20 lat).
- Dane ze sklepu i zamówień: przez czas trwania umowy oraz 6 lat po jej zakończeniu (przedawnienie roszczeń konsumenckich).
- Dane podatkowe i księgowość: 5 lat od zakończenia roku podatkowego.
- Dane newsletterowe: przez okres korzystania z newslettera, a po rezygnacji przez okres przedawnienia roszczeń (do 6 lat).
- Dane zdrowotne: przez czas trwania współpracy, a następnie przez czas wymagany przepisami (maksymalnie 20 lat zgodnie z ustawą o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta).

5. Komu przekazujemy Twoje dane?

Twoje dane mogą być przekazywane:

- dostawcy systemu mailingowego (MailerLite Limited, Irlandia / USA – na podstawie standardowych klauzul umownych SCC);
- dostawcy systemu płatności (operator płatności obsługujący sklep);
- dostawcy hostingu strony internetowej;
- biuru rachunkowemu – w zakresie obsługi księgowość;
- kancelarii prawnej – jeżeli zajdzie taka potrzeba;
- organom państwowym (urzędy skarbowe, sądy, organy ścigania) – gdy wymagają tego przepisy prawa.

Administrator nie przekazuje danych osobowych do państw trzecich, z wyjątkiem korzystania z systemu mailingowego MailerLite (Irlandia/USA), gdzie transfer odbywa się na podstawie standardowych klauzul umownych.

6. Jakie masz prawa?

Przysługują Ci następujące prawa wynikające z RODO:

- prawo dostępu do swoich danych i otrzymania ich kopii;
- prawo do sprostowania (poprawiania) danych;
- prawo do usunięcia danych (prawo do bycia zapomnianym);
- prawo do ograniczenia przetwarzania;
- prawo do przenoszenia danych;
- prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania;
- prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie (cofnięcie nie wpływa na legalność przetwarzania dokonanego przed cofnięciem);
- prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych (ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa, www.uodo.gov.pl).

Aby skorzystać z powyższych praw, napisz na adres: dietaodkuchni@gmail.com.

7. Czy korzystamy z plików cookies?

Tak. Strona www.dietaodkuchni.com korzysta z plików cookies (ciasteczek) – niewielkich plików tekstowych zapisywanych na Twoim urządzeniu.

Cookies niezbędne (techniczne)

Wymagane do prawidłowego działania strony (np. koszyk zakupowy, obsługa formularzy, zarządzanie sesją). Nie wymagają Twojej zgody.

Cookies analityczne

Umożliwiają analizę ruchu na stronie (np. Google Analytics). Aktywne wyłącznie po wyrażeniu zgody za pomocą banera cookies.

Cookies marketingowe

Służą do wyświetlania spersonalizowanych reklam (np. Meta Pixel / Facebook Pixel). Aktywne wyłącznie po wyrażeniu zgody.

Przy pierwszej wizycie na stronie wyświetlany jest baner cookies, który umożliwia wybór, na które cookies wyrażasz zgodę. Cookies marketingowe i analityczne nie są domyślnie włączone – wymagają Twojej aktywnej zgody.

Możesz zarządzać ustawieniami cookies w przeglądarce internetowej lub za pośrednictwem mechanizmu zarządzania cookies na naszej stronie.

8. Narzędzia zewnętrzne wykorzystywane na stronie

Google Analytics

Narzędzie analityczne Google LLC służące do analizy ruchu na stronie. W ramach Google Analytics mamy dostęp wyłącznie do anonimowych statystyk. Dane mogą być przetwarzane w USA (Google LLC jest uczestnikiem Data Privacy Framework). Polityka prywatności Google: <https://policies.google.com/privacy>.

Meta Pixel (Facebook Pixel)

System reklamowy Meta Platforms, Inc., umożliwiający wyświetlanie spersonalizowanych reklam na Facebooku i Instagramie. Aktywny wyłącznie po wyrażeniu zgody na cookies marketingowe. Polityka prywatności Meta: <https://www.facebook.com/privacy/policy>.

MailerLite

System mailingowy MailerLite Limited (Irlandia) służący do obsługi newslettera. Część przetwarzania może odbywać się w USA na podstawie standardowych klauzul umownych. Polityka prywatności MailerLite: <https://www.mailerlite.com/legal/privacy-policy>.

WooCommerce / WordPress

Platforma sklepowa obsługująca sklep internetowy. Dane zamówień przechowywane są na serwerze hostingowym w EOG.

9. Profile w mediach społecznościowych

Prowadzimy profil na Instagramie (@dieta_od_kuchni) i Facebooku (dietaodkuchni). Jeżeli obserwujesz nasze profile lub wchodzisz w interakcje z naszymi treściami, Twoje dane widoczne na profilu są przetwarzane przez dostawców tych serwisów. Informacje o przetwarzaniu danych przez Meta znajdziesz pod adresem: <https://www.facebook.com/privacy/policy>.

10. Bezpieczeństwo danych

Dbamy o bezpieczeństwo Twoich danych osobowych. Stosujemy odpowiednie środki techniczne i organizacyjne chroniące dane przed nieautoryzowanym dostępem, utratą lub zniszczeniem. Na bieżąco monitorujemy stosowane zabezpieczenia.

11. Zmiany Polityki prywatności

Zastrzegamy prawo do zmiany niniejszej Polityki prywatności, w szczególności ze względu na zmiany technologiczne lub prawne. Jeżeli posiadamy Twój adres e-mail, o istotnych zmianach poinformujemy Cię drogą elektroniczną. Zmiany wchodzi w życie najwcześniej po 7 dniach od ich opublikowania.

W razie pytań dotyczących przetwarzania Twoich danych osobowych skontaktuj się z nami: dietaodkuchni@gmail.com.