

POLITYKA PRYWATNOŚĆ STRONY

Zasady przetwarzania danych osobowych oraz wykorzystywania plików cookies w związku z korzystaniem ze strony internetowej www.dietatezkobieta.pl

Administratorem strony jest Joanna Dyduch, właściciel firmy Dieta Też Kobieta Joanna Dyduch 05-120 Legionowo, ul. Gdańska 7a NIP: 5361864517 REGON: 386859447

Dokonując zakupu za pośrednictwem bloga, dodając komentarz na blogu, zapisując się do newslettera lub kontaktując się z administratorem strony, Przekazywane są Twoje dane osobowe. Administrator strony gwarantuje ich poufność, bezpieczeństwo oraz brak udostępniania jakimkolwiek podmiotom trzecim bez Twojej wyraźnej zgody.

Administrator strony powierza przetwarzanie danych osobowych tylko sprawdzonym i zaufanym podmiotom świadczącymi usługi związane z przetwarzaniem danych osobowych.

Administrator strony korzysta z narzędzi analitycznych Google Analytics, które zbierają informacje na temat Twoich odwiedzin strony, takie jak podstrony, czas spędzony na stronie czy przejście pomiędzy poszczególnymi podstronami. W tym celu wykorzystywane są pliki cookies firmy Google LLC dotyczące usługi Google Analytics. W ramach ustawień plików cookies możesz zdecydować, czy wyrażasz zgodę na korzystanie w Twoim przypadku z Google Analytics, czy nie.

Administrator strony zapewnia możliwość korzystania z funkcji społecznościowych, takich jak udostępnianie treści w serwisach społecznościowych oraz subskrypcja profilu społecznościowego. Korzystanie z tych funkcji może wiązać się z wykorzystywaniem plików cookies administratorów serwisów społecznościowych takich jak Facebook, Instagram, Youtube, Google+. Administrator strony umieszcza na stronach wideo z serwisu YouTube.

W tym celu są wykorzystywane pliki firmy Google LLC dotyczące usługi YouTube. Cookies ładowane są dopiero przy dotwarzaniu wideo.

Administrator strony wykorzystuje własne pliki cookies w celu prawidłowego działania strony.

Uprawnienia

RODO przyznaje Ci następujące potencjalne uprawnienia związane z przetwarzaniem Twoich danych osobowych:

- Prawo dostępu do danych osobowych
- Prawo do sprostowania danych osobowych
- Prawo do usunięcia danych osobowych
- Prawo do ograniczenia przetwarzania danych osobowych
- Prawo do wniesienia sprzeciwu co do przetwarzania danych osobowych
- Prawo do przenoszenia danych
- Prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego
- Prawo do odwołania zgody na przetwarzanie danych osobowych, jeżeli takową zgodę wyraziłaś

Zasady związane z realizacją wskazanych uprawnień zostały opisane szczegółowo w art. 16-21 RODO.

Masz możliwość wniesienia skargi do organu nadzorczego (Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych).

Możesz również zwrócić się do mnie z żądaniem udostępnienia Ci informacji o tym, jakie dane na Twój temat posiada Administrator strony oraz w jakich celach je przetwarza.

Bezpieczeństwo

Administrator strony gwarantuje poufność wszelkich przekazanych danych osobowych i zapewnia o podjęciu wszelkich środków bezpieczeństwa i ochrony danych osobowych wymaganych przez przepisy o ochronie danych osobowych. Dane osobowe są gromadzone z należytą starannością i odpowiednio chronione przez dostępem do nich przez osoby do tego nieupoważnione.

Odbiorcy danych

Twoje dane mogą być przetwarzane przez podwykonawców Administratora strony, czyli podmiotów, z których usług korzysta Administrator strony przy przetwarzaniu danych oraz świadczeniu usług czy realizacji zamówień.

Ovh.pl – w celu przechowywania danych osobowych na serwerze, w tym serwerze skrzynki pocztowej,

Google LLC – w celu korzystania z usług Google, w tym poczty e-mail funkcjonującej w oparciu o serwery Google,

Mailerlite – w celu korzystania z systemu Mailliter, w którym przetwarzane są Twoje dane osobowe, jeżeli zapiszesz się do newslettera,

Osoby, które przy świadczeniu na rzecz Administratora strony usług związanych ze wsparciem technicznym strony internetowej mogą potencjalnie uzyskać dostęp do Twoich danych osobowych.

Wszystkie podmioty, których Administrator danych powierza przetwarzanie danych osobowych gwarantują stosowanie odpowiednich środków ochrony i bezpieczeństwa danych osobowych wymaganych przez przepisy prawa.

Tiqdiet.pl – w celu układania jadłospisów

Shoplo – w celu zakupów usług i towarów

Z uwagi na korzystanie z usług Google i Mailerlite, Twoje dane mogą być przekazywane do Stanów Zjednoczonych Ameryki (USA) i na Litwie. W związku z ich przechowywaniem na amerykańskich i litewskich serwerach. Nie obawiaj się, Google oraz dostawca systemu Mailerlite, przystąpili do programu Privacy Shield i w ten sposób gwarantują odpowiedni poziom ochrony danych osobowych wymagany przez przepisy europejskie.

Cele i czynności przetwarzania

1. Zamówienia

Składając zamówienie, musisz podać dane niezbędne do realizacji zamówienia, takie jak imię i nazwisko, adres rozliczeniowy, adres e-mail/ Jeżeli dokonujesz zamówienia w ramach prowadzonej działalności, musisz podać nazwę firmy, adres siedziby oraz numer NIP. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do złożenia zamówienia.

Dane przekazane w związku z zamówieniem, przetwarzane są w celu realizacji zamówienia (art.6 ust. 1 lit. b RODO), wystawienia faktury (art. 6 lit. c RODO), uwzględnienia faktury w dokumentacji księgowej (art. 6 ust. 1 lit. c RODO) oraz w celach archiwalnych i statystycznych (art. 6 lit. f RODO).

Dane o zamówieniach będą przetwarzane przez czas niezbędny do realizacji zamówienia, a następnie do czasu upływu terminu przedawnienia roszczeń z tytułu zawartej umowy. Ponadto, po upływie tego terminu, dane nadal mogą być przetwarzane w celach statystycznych. Pamiętaj również, że Administrator strony ma obowiązek przechowywać faktury z Twoimi danymi osobowymi przez okres 5 lat od końca roku podatkowego, w którym powstał obowiązek podatkowy.

W przypadku danych o zamówieniach nie masz możliwości sprostowania tych danych po realizacji zamówienia. Nie możesz również sprzeciwić się przetwarzaniu danych oraz domagać się usunięcia danych do czasu upływu terminu przedawnienia roszczeń z tytułu zawartej umowy. Podobnie, nie możesz sprzeciwić się przetwarzaniu danych oraz domagać się usunięcia danych zawartych w fakturach. Po upływie terminu przedawnienia roszczeń z tytułu zawartej umowy możesz jednak sprzeciwić się przetwarzaniu Twoich danych w celach statystycznych, jak również domagać się usunięcia Twoich danych z mojej bazy.

W stosunku do danych o zamówienia przysługuje Ci również prawo do przenoszenia danych, o których mowa w art. 20 RODO.

2. Newsletter

Jeżeli chcesz zapisać się do newslettera, musisz przekazać Administratorowi strony swój adres e-mail za pośrednictwem formularza zapisu do newslettera. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne, by zapisać się do newslettera.

Dane przekazywane podczas zapisu do newslettera wykorzystywane są w celu przesyłania Ci newslettera, a podstawą prawną ich przetwarzania jest Twoja zgoda (art.6 ust.1 lit. a RODO) wyrażona podczas zapisywania się do newslettera.

Dane będą przetwarzane przez czas funkcjonowania newslettera, chyba że wcześniej zrezygnujesz z jego otrzymywania, co spowoduje usunięcie Twoich danych z bazy.

W każdej chwili możesz sprostować swoje dane zapisane w bazie newsletterowej, jak również zażądać ich usunięcia, rezygnując z otrzymywania newslettera. Przysługuje Ci również prawo do przenoszenia danych, o którym mowa w art.20 RODO.

3. Kontakt

Kontaktując się z Administratorem strony za pośrednictwem poczty elektronicznej, w sposób naturalny przekazujesz mi swój adres e-mail jako adres nadawcy wiadomości. Ponadto, w treści wiadomości możesz zawrzeć również inne dane osobowe. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne, by nawiązać kontakt.

Twoje dane są w tym przypadku przetwarzane w celu kontaktu z Tobą, a podstawą przetwarzania jest art.6 ust. 1 lit. a RODO, czyli Twoja zgoda wynikająca z zainicjowania kontaktu. Podstawą prawną przetwarzania po zakończeniu kontaktu jest usprawiedliwiony cel w postaci archiwizacji korespondencji na potrzeby wykazania jej przebiegu w przyszłości (art.6 ust. 1 lit. f RODO).

Treść korespondencji może podlegać archiwizacji i Administrator strony nie jest w stanie jednoznacznie określić, kiedy zostanie usunięta. Masz prawo do domagania się przedstawienia historii korespondencji, jaką prowadziłaś z Administratorem strony (jeżeli podlegała archiwizacji), jak również domagać się jej usunięcia, chyba że archiwizacja jest uzasadniona z uwagi na mój nadrzędny interes, np. obrona przez potencjalnymi roszczeniami z Twojej strony.

4. Komentarze

Jeżeli chcesz dodać komentarz na blogu, musisz wypełnić formularz i podać w nim swój adres e-mail oraz imię. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne, by dodać komentarz.

Dane przekazane podczas dodawania komentarza wykorzystywane są w celu opublikowania komentarza na blog, a podstawa prawna ich przetwarzania jest Twoja zgoda (art.6 ust.1 lit. a RODO) wynikająca z dodania komentarza.

Dane będą przetwarzane przez czas funkcjonowania komentarzy na blogu, chyba, że wcześniej poprosić o usunięcie komentarza, co spowoduje usunięcie Twoich danych z bazy.

W każdej chwili możesz sprostować swoje dane przypisane do komentarza, jak również zażądać ich usunięcia. Przysługuje Ci również prawo do przenoszenia danych, o którym mowa w art.20 RODO.

5. Pliki cookies i inne technologie śledzące

Strona Administratora danych wykorzystuje pliki cookies.

Cookies to niewielkie informacje tekstowe, przechowywane na Twoim urządzeniu końcowym (np. komputerze, tablecie, smartfonie), które mogą być odczytywane przez mój system teleinformatyczny (cookies własne) lub system teleinformatyczny podmiotów trzecich (cookies podmiotów trzecich).

Niektóre używane przeze mnie cookies są usuwane po zakończeniu sesji przeglądarki internetowej, tzn. po jej zamknięciu (tzw. cookies sesyjne). Inne cookies są zachowywane na Twoim urządzeniu końcowym i umożliwiają mi rozpoznanie Twojej przeglądarki przy kolejnym wejściu na stronę (trwałe cookies).

Więcej szczegółów znajdziesz poniżej.

6. Zgoda na cookies

Podczas pierwszej wizyty na stronie wyświetlana jest Ci informacja na temat stosowania plików cookies. Przeglądarki zarządzają ustawieniami cookies na różne sposoby. W menu pomocniczym przeglądarki internetowej znajdziesz wyjaśnienia dotyczące zmiany ustawień cookies.

Pamiętaj, że wyłączenie lub ograniczenie obsługi plików cookies może powodować trudności w korzystaniu ze strony Administratora strony, jak również z wielu innych stron internetowych, które stosują cookies.

7. Cookies własne

Cookies własne Administratora strony wykorzystuje w celu zapewnienia prawidłowego działania strony, w szczególności procesu zamówienia.

8. Cookies podmiotów trzecich

Strona Administratora strony, podobnie jak większość współczesnych stron internetowych, wykorzystuje funkcje zapewniane przez podmioty trzecie, co wiąże się z wykorzystywaniem plików cookies pochodzących od podmiotów trzecich. Wykorzystanie tego rodzaju plików cookies zostało opisane poniżej.

- 1) Google Analytics – Administrator strony korzysta z narzędzia Google Analytics zapewnianego przez Google LLC, 1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View, CA 94043, USA. Administrator strony realizuje działania w tym zakresie, opierając na własnym prawnie usasadnionym interesie, polegającym na tworzeniu statystyk i ich analizie w celu optymalizacji strony internetowej, będącej własnością Administratora strony.

Google Analytics w sposób automatyczny gromadzi informacje o Twoim korzystaniu ze strony będącej własnością Administratora danych. Zgromadzone w ten sposób informacje są najczęściej przekazywane do serwerów w Stanach Zjednoczonych i tam przechowywane.

Z uwagi na aktywowaną przez Administratora strony anonimizację adresu IP, twój adres IP jest skracany przed przekazaniem dalej. Tylko w wyjątkowych sytuacjach pełny adres IP jest przekazywany dalej do serwera Google w Stanach Zjednoczonych i dopiero tam skracany. Zanonimizowany adres IP przekazany przez Twoją przeglądarkę w ramach Google Analytics co do zasady nie jest łączony z innymi danymi Google.

Z uwagi na to, że Google LLC posiada siedzibę w USA i wykorzystuje infrastrukturę techniczną znajdującą się w USA, przystąpił do programu EU-US-Privacy Shield w celu zapewnienia odpowiedniego poziomu ochrony danych osobowych wymaganego przez przepisy europejskie. W ramach umowy pomiędzy USA a Komisją Europejską ta ostatnia stwierdziła odpowiedni poziom ochrony danych w przypadku przedsiębiorstw posiadających certyfikat Privacy Shield.

Możesz zapobiec rejestrowaniu zgromadzonych przez pliki cookies danych dotyczących korzystania przez Ciebie z mojej strony internetowej przez Google, jak również przetwarzaniu tych danych przez Google, instalując wtyczkę do przeglądarki znajdującą się pod następującym adresem: <https://tools.google.com/dlpage/gaoptout>.

W ramach ustawień plików cookies dostępnych z poziomu strony należącej do Administratora strony możesz zdecydować, czy wyrażasz zgodę na korzystanie w Twoim przypadku z Google Analytics, czy nie.

- 2) Facebook Pixel – Administrator strony korzysta z narzędzi marketingowych dostępnych w ramach serwisu Facebook i zapewnianych przez Facebook Inc., 1601 S. California Ave. Palo Alto, CA 94304, USA. W ramach tych narzędzi Administrator

strony kieruje do Ciebie reklamy w serwisie Facebook. Działanie w tym zakresie realizuje, opierając się na prawnie uzasadnionym interesie Administratora strony w postaci marketingu własnych produktów lub usług.

W celu kierowania do Ciebie reklam spersonalizowanych pod kątem Twoich zainteresowań w witrynie Administratora strony, Administrator strony zaimplementował w ramach strony Pixel Facebooka, który w automatyczny sposób gromadzi informacji o Twoim korzystaniu z witryny należącej do Administratora strony w zakresie przeglądanych stron. Zgromadzone w ten sposób informacje są najczęściej przekazywane do serwera Facebooka w Stanach Zjednoczonych i tam przechowywane.

Informacje zbierane w ramach Pixela Facebooka są anonimowe, tj. nie pozwalają Administratorowi danych na Twoją identyfikację. Administrator strony wie jedynie, jakie działanie podjąłeś w ramach strony należącej do Administratora. Administrator informuje jednak, że Facebook może łączyć te informacje z innymi informacjami o Tobie zebranych w ramach korzystania przez Ciebie z serwisu Facebook i wykorzystywać dla swoich własnych celów, w tym marketingowych. Takie działanie Facebooka nie są już zależne od Administratora strony, a informacji o nich możesz szukać bezpośrednio w polityce prywatności Facebooka:

<https://www.facebook.com/privacy/explanation>. Z poziomu swoje konta na Facebooku możesz również zarządzać swoimi ustawieniami prywatności.

Z uwagi na to, że Facebook Inc. Posiada siedzibę w USA wykorzystując infrastrukturę techniczną znajdującą się w USA, przystąpił do programu EU-US Privacy Shield w celu zapewnienia odpowiedniego poziomu ochrony danych osobowych wymaganego przez przepisy europejskie. W ramach umowy pomiędzy USA a Komisją Europejską ta ostatnia stwierdziła odpowiedni poziom ochrony danych w przypadku przedsiębiorstw posiadających certyfikat Privacy Shield.

W ramach ustawień plików cookies dostępnych z poziomu strony należącej do Administratora możesz zdecydować, czy wyrażasz zgodę na korzystanie w Twoim przypadku z Pixela Facebooka, czy nie.

- 3) Narzędzia społecznościowe – na stronie należącej do Administratora używane są wtyczki i inne narzędzia społecznościowe udostępniane przez serwisy społecznościowe, takie jak Facebook, Twitter, Instagram, Google, LinkedIn. Wyświetlając stronę internetową należąca do Administratora, a zawierająca taka wtyczkę, Twoja przeglądarka nawiąże bezpośrednie połączenie z serwerami administratorów serwisów społecznościowych (usługodawców). Zawartość wtyczki jest przekazywana przez danego usługodawcę bezpośrednio do Twojej przeglądarki i integrowana ze stroną. Dzięki tej integracji usługodawcy otrzymują informację, że Twoja przeglądarka wyświetla moją stronę, nawet jeśli nie posiadasz profilu u danego usługodawcy czy nie jesteś u niego akurat zalogowany. Taka informacja (wraz z Twoim adresem IP) jest przez Twoją przeglądarkę przesyłana bezpośrednio do serwera danego usługodawcy (niektóre serwery znajdują się w USA) i tam przechowywana. Jeśli zalogowałeś się do jednego z serwisów społecznościowych, to usługodawca ten będzie mógł bezpośrednio przyporządkować wizyte na mojej stronie do Twojego profilu w danym serwisie społecznościowym.

Jeżeli użyjesz danej wtyczki, np. klikając w przycisk „Lubię to” lub „udostępnij”, to odpowiednia informacja zostanie również przesłana bezpośrednio na serwer danego usługodawcy i tam zachowana.

Ponadto, informacje te zostaną opublikowane w danym serwisie społecznościowym i ukażą się osobom dodanym jak Twoje kontakty. Cel i zakres gromadzenia danych oraz ich dalszego przetwarzania i wykorzystywania przez usługodawców, jak również możliwość kontaktu oraz Twoje prawa w tym zakresie i możliwość dokonania ustawień zapewniających ochronę Twojej prywatności zostały opisane w polityce prywatności poszczególnych usługodawców.

Facebook – https://www.facebook.com/legal/FB_Work_Privacy,

Instagram – https://help.instagram.com/519522125107875?helpref=page_content,

Twitter – <https://twitter.com/en/privacy>,

Google – <https://policies.google.com/privacy?hl=pl>,

Jeżeli nie chcesz, aby serwisy społecznościowe przyporządkowywały dane zebrane w trakcie odwiedzin na mojej stronie internetowej, bezpośrednio twojemu profilowi w danym serwisie, to przed wizytą na naszej stronie musisz się wylogować z tego serwisu. Możesz również całkowicie uniemożliwić załadowanie na stronie wtyczek stosując odpowiednie rozszerzenia dla Twojej przeglądarki, np. blokowanie skryptów.

- 4) Wideo i audio – Administrator strony umieszcza na stronach wideo z serwisu YouTube. W tym celu wykorzystywane są pliki cookies firmy Google LLC, 1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View, CA 94043, USA dotyczące usługi YouTube oraz pliki cookies firmy SoundCloud Limited. Pliki cookies ładowane są dopiero przy odtwarzaniu wideo lub audio. Jeżeli nie godzisz się na ich załadowanie, powstrzymaj się przed odtwarzaniem wideo lub audio.

Przetwarzając wideo lub audio, Google lub SoundCloud otrzymuje o tym informacje, nawet jeśli nie posiadasz profilu Google lub SoundCloud, lub nie jesteś akurat zalogowany. Taka informacja (wraz z Twoim adresem IP) jest przez Twoją przeglądarkę przesyłana bezpośrednio do serwer danego usługodawcy (niektóre serwery znajdują się z USA) i tam przechowywana.

Jeśli zalogowałeś się do serwisu Google, to usługodawca ten będzie mógł bezpośrednio przyporządkować odtworzenie wideo na stronie należącej do Administratora do Twojego profilu w Google. Cel i zakres gromadzenia danych oraz ich dalszego przetwarzania i wykorzystywania przez usługodawcę, jak również możliwość kontaktu oraz Twoje prawa w tym zakresie i możliwość dokonania ustawień zapewniających ochronę Twojej prywatności zostały opisane w polityce prywatności Google.

Jeśli nie chcesz, aby Google przyporządkowywał dane zebrane w trakcie odtwarzania wideo bezpośrednio Twojemu profilowi w danym serwisie, to przed wizytą na stronie należącej do Administratora musisz wylogować się z tego serwisu. Możesz również całkowicie uniemożliwić załadowanie na stronie wtyczek stosując odpowiednie rozszerzenia dla Twojej przeglądarki, np. blokowanie skryptów.

9. Logi serwera

Korzystanie ze strony wiąże się z przesyłaniem zapytań do serwera, na którym przechowywana jest strona. Każde zapytanie skierowane do serwera zapisywane jest w logach serwera.

Logi obejmują m.in. Twój adres IP, datę i czas serwera, informacje o przeglądarce internetowej i systemie operacyjnym z którego korzystasz. Logi zapisywane i przechowywane są na serwerze.

Dane zapisywane w logach serwera nie są kojarzone z konkretnymi osobami korzystającymi ze strony i nie są wykorzystywane przez Administratora strony w celu Twojej identyfikacji.

Logi serwera stanowią wyłącznie materiał pomocniczy służący do administrowania stroną, a ich zawartość nie jest ujawniana nikomu poza osobami upoważnionymi do administrowania serwerem.