

# PRIVACY- EN COOKIEVERKLARING

Inge Out, Voedingsadvies en gewichtsconsulent/ Puur van Inge/ Mijn Leefstijl op Recept (hierna Mijn Leefstijl op Recept) is een eenmanszaak te Enschede, eigendom van Inge Out- Hoiting.

In deze privacyverklaring informeer ik je hoe Mijn Leefstijl op Recept persoonsgegevens verwerkt en gebruikt.

Ik neem de privacy van persoonsgegevens heel serieus. Mijn Leefstijl op Recept zal je persoonlijke gegevens niet aan derden verkopen en/of verstrekken. Ik verwerk persoonsgegevens alleen voor het doel waarvoor ze zijn verstrekt en in overeenstemming met de Algemene Verordening Gegevens Bescherming (AVG) en de Telecommunicatiewet.

Deze privacyverklaring is uitsluitend van toepassing op de diensten van Mijn Leefstijl op Recept. Wees je er dus van bewust dat Mijn Leefstijl op Recept niet verantwoordelijk is voor het privacybeleid van eventuele genoemde andere organisaties op mijn website(s).

## PERSOONSGEGEVENS DIE MIJN LEEFSTIJL OP RECEPT VERZAMELT

Wanneer je bent ingeschreven voor mijn nieuwsbrief, een download hebt aangevraagd, je hebt aangemeld voor een workshop en/of training, een contactformulier hebt ingevuld, een aankoop hebt verricht of andere aanvragen doet voor één van mijn producten en/of diensten, zal aan jou gevraagd worden je gegevens in te vullen.

Ik verwerk alleen de gegevens die je zelf aan mij verstrekt. Dit kunnen de volgende gegevens zijn:

- Voor- en achternaam;
- Adresgegevens;
- Plaatsnaam;
- Telefoonnummer;
- E-mailadres;
- IP-adres;
- Persoonlijke contactgegevens die je zelf actief verstrekt om contact met mij te onderhouden
- Gegevens over jouw activiteiten op de website;
- Klantnummer;
- Bedrijfsnaam;
- Ordernummer;
- Bestelgegevens;
- 

Wanneer je bent ingeschreven voor mijn nieuwsbrief en of een aankoop hebt verricht en in de toekomst geen e-mail van mij wilt ontvangen, kun je ten alle tijde uitschrijven door middel van de link onderaan de e-mail of door contact me op te nemen via

**[info@mijnleefstijloprecept.nl](mailto:info@mijnleefstijloprecept.nl)**

## **BIJZONDERE EN/OF GEVOELIGE PERSOONSgegevens DIE MIJN LEEFSTIJL OP RECEPT VERWERKT/ BEWAARD**

Mijn Leefstijl op Recept verwerkt geen bijzondere en/of gevoelige persoonsgegevens over bezoekers of klanten, tenzij dit bij wet is bepaald, deze gegevens actief door jou aan mij zijn verstrekt of jij hiervoor uitdrukkelijk toestemming hebt gegeven.

Voor mijn coachingstrajecten op het gebied van leefstijl bewaar ik het volgende

- gewicht/ BMI/ Spiermassa/ Vetmassa/ Visceraal Vet/ BMR/ meetgegevens
- door jou verstrekte (medische) gegevens die relevant zijn voor het coach- en begeleidingstraject
- in grote lijnen de inhoud van onze gesprekken en consulten
- e-mailverkeer

Deze gegevens bewaar ik ten hoogste 2 kalenderjaren na afsluiten van het particuliere begeleidingstraject. Indien een coachingstraject in het kader van de zorgverzekeringswet wordt uitgevoerd, houd ik me aan de wettelijke termijnen die deze wet aan mij stelt.

Ik werk het liefst digitaal en bewaar jouw gegevens ook het liefst digitaal. Mijn laptop is beveiligd met een veilig password. Indien ik papieren gegevens van heb, bewaar ik deze in een afgesloten kast in mijn praktijk.

## **MET WELK DOEL EN OP BASIS VAN WELKE GRONDSLAG VERWERKT MIJN LEEFSTIJL OP RECEPT PERSOONSgegevens?**

Ik kan persoonsgegevens over je verwerken, doordat je gebruik maakt van de diensten van Mijn Leefstijl op Recept en/of omdat je deze zelf (bijvoorbeeld door het invullen van het online contactformulier of bestelling) aan Mijn Leefstijl op Recept verstrekt.

De doelen van de gegevensverwerking met bijbehorende grondslagen zijn:

<b>Doel</b>	<b>Grondslag</b>
1. Voor het afhandelen van jouw betaling;	Omdat dit noodzakelijk is voor de uitvoering van een overeenkomst
2. Voor het verzenden van een nieuwsbrief en/of reclame	Omdat jij toestemming hiervoor hebt gegeven
3. Om contact met je te kunnen opnemen (telefonisch, schriftelijk, e-mail, Whatsapp), indien dit nodig is om de dienstverlening uit te kunnen voeren	Omdat dit noodzakelijk is voor de uitvoering van een overeenkomst
4. Om je te informeren over nieuwe vergelijkbare diensten of eventuele wijzigingen van diensten	Gerechtigd belang

5. Je de mogelijkheid te bieden een account aan te maken	Omdat dit noodzakelijk is voor de uitvoering van een overeenkomst
6. Om goederen en diensten bij je af te leveren;	Omdat dit noodzakelijk is voor de uitvoering van een overeenkomst
7. Mijn Leefstijl op Recept verwerkt ook persoonsgegevens als ik hier wettelijk toe verplicht ben, zoals gegevens die ik nodig heb voor de belastingaangifte	Voor het uitvoeren of naleven van een wettelijke verplichting
8. Om te kunnen voldoen aan de belastingwetgeving	Op basis van een wettelijke plicht

Mijn Leefstijl op Recept heeft niet de intentie gegevens te verzamelen over websitebezoekers die jonger zijn dan 16 jaar. Tenzij ze toestemming hebben van ouders of voogd. Ik kan echter niet controleren of een bezoeker ouder dan 16 is. Ik raad ouders dan ook aan betrokken te zijn bij de online-activiteiten van hun kinderen, om zo te voorkomen dat er gegevens over kinderen verzameld worden zonder ouderlijke toestemming. Als je ervan overtuigd bent dat ik zonder die toestemming persoonlijke gegevens heb verzameld over een minderjarige, neem dan contact met mij via [info@mijnleefstijloprecept.nl](mailto:info@mijnleefstijloprecept.nl) dan verwijder ik deze informatie.

## GEAUTOMATISEERDE BESLUITVORMING

Ik neem geen besluiten op basis van geautomatiseerde verwerkingen over zaken die (aanzienlijke) gevolgen kunnen hebben voor personen. Het gaat hier om besluiten die worden genomen door computerprogramma's of -systemen, zonder dat daar een mens (bijvoorbeeld een medewerker van Mijn Leefstijl op Recept) tussen zit.

## HOELANG JOUW GEGEVENS BEWAARD WORDEN

Mijn Leefstijl op Recept bewaart jouw persoonsgegevens niet langer dan noodzakelijk is om de doelen te realiseren waarvoor je gegevens worden verzameld.

Ik hanteer de volgende bewaartermijnen:

Persoonsgegevens	Termijn	Reden
Jouw naam en/of bedrijfsnaam en KvK-nummer	7 jaar (Belastingwetgeving)	Voor het afhandelen van jouw betaling
Jouw voor- en achternaam	2 jaar na afronding van de overeenkomst	Zodat ik eventuele gegevens van jou terug kan vinden
Jouw adresgegevens & telefoonnummer	2 jaar na afronding van de overeenkomst	Zodat ik eventuele gegevens van jou terug kan vinden

Jouw gegevens die voortvloeien uit het volgen van een coachings of begeleidings traject bij mij	2 jaar na afronding van de overeenkomst	Zodat ik eventuele gegevens van jou terug kan vinden mocht je opnieuw een coachings- of begeleidingstraject bij mij willen volgen
Jouw e-mailadres, voornaam, achternaam, ip-adres	Zolang je ingeschreven staat voor het ontvangen van mijn nieuwsbrief	Zodat ik jou kan informeren of contact met je kan opnemen na het invullen van een online contactformulier
Jouw IP-adres	30 dagen na websitebezoek	Mijn Leefstijl op Recept analyseert jouw gedrag op de website om daarmee de website te verbeteren en het aanbod van producten en diensten af te stemmen op jouw voorkeuren
Overige persoonsgegevens die je actief verstrekt	2 jaar na afronding van de overeenkomst	Zodat ik eventuele gegevens van jou terug kan vinden
Gegevens over jouw activiteiten op de website	30 dagen na websitebezoek	Mijn Leefstijl op Recept analyseert jouw gedrag op de website om daarmee de website te verbeteren en het aanbod van producten en diensten af te stemmen op jouw voorkeuren

## GEGEVENS DELEN MET DERDEN/ANDEREN

Mijn Leefstijl op Recept verkoopt jouw gegevens niet aan derden en zal deze uitsluitend verstrekken indien dit nodig is voor de uitvoering van de overeenkomst met jou of om te voldoen aan een wettelijke verplichting. Met bedrijven die jouw gegevens verwerken in mijn opdracht, sluit ik een verwerkersovereenkomst om te zorgen voor eenzelfde niveau van beveiliging en vertrouwelijkheid van jouw gegevens.

Je persoonsgegevens worden opgeslagen in mijn e-mailsysteem en dit gaat via de servers van ActiveCampaign. De servers van ActiveCampaign zijn gevestigd in de Verenigde Staten. Jouw gegevens kunnen dus worden doorgegeven, opgeslagen en verwerkt in de Verenigde Staten. De doorgifte van deze gegevens gebeurt op grond van het EU-VS Privacy Shield Framework. Meer informatie over het privacybeleid van ActiveCampaign vind je [hier](#)

Voor online aankopen maken wij gebruik van Mollie. Je persoonsgegevens worden bij Mollie opgeslagen. De servers van Mollie zijn gevestigd in Nederland. Meer informatie over het privacybeleid van Mollie [vind je hier](#).

Daarnaast verstrek ik jouw e-mailadres aan Facebook tbv Facebook- en Instagram Marketing om doelgroepen samen te stellen met soortgelijke interesses.

## **GEGEVENS INZIEN, AANPASSEN OF VERWIJDEREN**

Je hebt het recht om je persoonsgegevens verwerkt door Mijn Leefstijl op Recept in te zien, te corrigeren of te verwijderen.

Je kunt een verzoek tot inzage, correctie of verwijdering sturen naar [info@mijnleefstijloprecept.nl](mailto:info@mijnleefstijloprecept.nl)

Mijn Leefstijl op Recept zal zo snel mogelijk, maar in ieder geval binnen vier weken, op je verzoek reageren.

## **INTREKKEN, BEZWAAR, GEGEVENSOVERDRAAGBAARHEID**

Je hebt het recht om je eventuele toestemming voor de gegevensverwerking in te trekken of bezwaar te maken tegen de verwerking van jouw persoonsgegevens door Mijn Leefstijl op Recept en heb je het recht op gegevensoverdraagbaarheid. Dat betekent dat je bij mij een verzoek kan indienen om de persoonsgegevens die ik van jou beschik in een computerbestand naar jou of een ander, door jou genoemde organisatie, te sturen.

## **COOKIES**

Een cookie is een klein tekstbestand dat bij het eerste bezoek aan de website van Mijn Leefstijl op Recept wordt opgeslagen op jouw computer, tablet of smartphone.

Ze zorgen ervoor dat de website naar behoren werkt en onthouden bijvoorbeeld jouw voorkeursinstellingen. Ook kan ik hiermee de website optimaliseren. Je kunt je afmelden voor cookies door je internetbrowser zo in te stellen dat deze geen cookies meer opslaat. Daarnaast kun je ook alle informatie die eerder is opgeslagen via de instellingen van je browser verwijderen. De cookies die Mijn Leefstijl op Recept gebruikt zijn noodzakelijk voor de technische werking van de website en jouw gebruiksgemak.

### *Google Analytics*

Via mijn website wordt een cookie geplaatst van het Amerikaanse bedrijf Google, als deel van de “Analytics”-dienst. Ik gebruik deze dienst om bij te houden en rapportages te krijgen over hoe bezoekers de website gebruiken. Google kan deze informatie aan derden verschaffen indien Google hiertoe wettelijk wordt verplicht, of voor zover derden de informatie namens Google verwerken. Ik heb geen invloed op. Ik heb Google niet toegestaan de verkregen analytics informatie te gebruiken voor andere Google diensten. Ook zijn de laatste 4 cijfers van je IP-adres gemaskeerd, hebben we ‘gegevens delen’ uitgezet en we maken geen gebruik van andere Google-diensten in combinatie met de Google Analytics-cookies.

De informatie wordt overgebracht naar en door Google opgeslagen op servers in de Verenigde Staten. Google stelt zich te houden aan de ‘Privacy Shield principles’ en is aangesloten bij het Privacy Shield-programma van het Amerikaanse Ministerie van Handel. Dit houdt in dat er sprake is van een passend beschermingsniveau voor de verwerking van eventuele persoonsgegevens.

### *Tracking cookies*

Ik gebruik, met jouw toestemming, sitetracking van ActiveCampaign. Sitetracking plaatst een cookie die bijhoudt welke pagina's jij op mijn website bekijkt. Hierdoor kan ik mijn marketing en diensten beter aanpassen aan jouw interesses. Meer informatie over sitetracking met Activecampaign [vind je hier](#).

### *Social media buttons*

Op de website van Mijn Leefstijl op Recept zijn social media buttons opgenomen om webpagina's te kunnen promoten ("liken") of delen op sociale netwerken als Facebook, Instagram en LinkedIn. Deze buttons werken door middel van stukjes code die van Facebook, Instagram respectievelijk LinkedIn zelf afkomstig zijn. Door middel van deze code worden cookies geplaatst. Ik heb daar geen invloed op. Lees daarom de privacyverklaring van Facebook respectievelijk van Instagram en LinkedIn (welke regelmatig kunnen wijzigen) om te lezen wat zij met jouw (persoons)gegevens doen die zij via deze cookies verwerken.

De informatie die ze verzamelen wordt zo veel mogelijk geanonimiseerd. De informatie wordt overgebracht naar en door de social media-accounts opgeslagen op servers in de Verenigde Staten. De social media-accounts stellen zich te houden aan de 'Privacy Shield principes' en zijn aangesloten bij het Privacy Shield-programma van het Amerikaanse Ministerie van Handel. Dit houdt in dat er sprake is van een passend beschermingsniveau voor de verwerking van eventuele persoonsgegevens.

### *Facebook Advertentiecookies*

Met jouw toestemming gebruiken wij, om advertenties beschikbaar te stellen, cookies van Facebook (Facebook Custom Audience, Facebook Impressions, Facebook Connect en Facebook Pixel). Deze cookies zorgen ervoor dat voor jou relevante advertenties worden weergegeven. Meer informatie over de cookies vind je op de website van Facebook.

## **Uitschakelen en verwijderen**

Wil je de cookies uitschakelen of verwijderen? Dit kun je doen via je browserinstellingen. Gebruik eventueel de help-functie van je browser om te achterhalen hoe je dit kunt doen.

- Dingen die je altijd kunt doen:
- Schakel 'cookies van derden' automatisch uit in je browser. De moderne browsers (Chrome en Firefox) bieden hiervoor veel opties.
- Geef in je browserinstellingen aan dat je niet 'getrackt' wilt worden.
- Je kunt de geplaatste cookies altijd weer verwijderen uit je browser en eventueel kun je ze ook blokkeren per domein.
- Via de website [Your Online Choices](#) kun je meer uitleg vinden hoe je cookies kunt uitschakelen.

## **WEBSITES VAN MIJN LEEFSTIJL OP RECEPT**

[www.mijnleefstijloprecept.nl](http://www.mijnleefstijloprecept.nl), [www.puurvaninge.nl](http://www.puurvaninge.nl), [www.leefstijlcoachestwente.nl](http://www.leefstijlcoachestwente.nl), zijn websites van Mijn Leefstijl op Recept

## **BEVEILIGEN**

Ik neem de bescherming van jouw gegevens serieus en neem adequate en passende maatregelen om misbruik, verlies, onbevoegde toegang, ongewenste openbaarmaking en ongeoorloofde wijziging tegen te gaan.

De apparaten waar ik op werk zijn vergrendeld met een sterk wachtwoord. De websites zijn beschermd met een security plug-in, de thema's en plug-ins van mijn websites worden regelmatig bijgewerkt.

Als je de indruk hebt dat jouw gegevens niet goed beveiligd zijn of er aanwijzingen zijn van misbruik, of indien je meer informatie wenst over de beveiliging van door Mijn Leefstijl op Recept verzamelde persoonsgegevens, neem dan contact met mij op via [info@mijnleefstijloprecept.nl](mailto:info@mijnleefstijloprecept.nl)

Ik behouden te allen tijde het recht om mijn privacybeleid te wijzigen. Op deze pagina vind je altijd de meest recent bijgewerkte versie, raadpleeg hem regelmatig. Met de vernieuwde versie, vervalt de geldigheid van alle voorgaande. Grote updates en veranderingen die impact hebben op de verwerking van persoonlijke gegevens, communicer ik via mijn nieuwsbrief.

### **Mijn gegevens:**

Post-/Vestigingsadres:

Mijn Leefstijl op Recept

Inge Out

Cort van der Lindenlaan 4, 7521 AS Enschede

KVK 64023893

– Deze privacy- en cookieverklaring is van 30-12-2020 –