

1 A szabályzatról általánosságban

1.1 A szabályzat célja

Gerstmayer Beáta E.V. az InSpiral Önismereti Műhely üzemeltetője, az inspiralmuhely.hu honlap, InSpiral - Önismereti Műhely Facebook oldal, Gerstmayer Beáta | InSpiral Önismereti Műhely | önismereti mentor Pinterest oldal és Inspiral - Önismereti Műhely YouTube oldal fenntartója, továbbiakban „Adatkezelő”;

Valamint Rátvai Helga E.V., a Rátvai Helga Facebook oldal fenntartója, továbbiakban „Adatkezelő”.

Számunkra fontos ügyfeleink bizalma, így elkötelezettek vagyunk az általunk gyűjtött információk biztonsága, és az adatfeldolgozás átláthatósága iránt.

Jelen szabályzatot azért készítettük, hogy veled megosszuk, miért és hogyan gyűjtjük az adatokat és hogyan kezeljük azokat a weboldalunkon, a közösségi oldalunkon, ill. kapcsolattartásunk és egyéb szolgáltatásaink során. Ezt a szabályzatot időről-időre áttekintjük, és szükség szerint változtatunk rajta. A naprakész Adatvédelmi Szabályzatunk a www.inspiralmuhely.hu weboldalon folyamatosan megtalálható.

Kiemelten fontos számunkra, hogy tudd:

- csak a jelen szabályzatban leírt módon fogjuk gyűjteni, felhasználni és megosztani az adataidat.
- gondoskodunk adataid védelméről, biztonságosan kezeljük és őrizzük őket, és csak a mindenképpen szükséges mértékben használjuk fel azokat.
- bármikor rendelkezhetsz adataidról, módosíthatod és frissítheted őket.

Adatkezelési alapelveink összhangban vannak az adatvédelemmel kapcsolatos hatályos jogszabályokkal, így különösen az alábbiakkal:

- az információs önrendelkezési jogról és az információszabadságról szóló 2011. évi CXII. törvény („Infotv.”),
- a Polgári Törvénykönyvről szóló 2013. évi V. törvény („Ptk.”),
- a gazdasági reklámtevékenység alapvető feltételeiről és egyes korlátairól szóló 2008. évi XLVIII. törvény („Grtv.”),
- és az Európai Parlament és a Tanács 2016/679 rendelete („GDPR”)

1.2 Mit jelent ez a „személyes adat”?

Ezzel sokat fogsz találkozni a szabályzatban. „Személyes adat” alatt a hozzád, mint azonosítható személyhez kapcsolódó bármilyen adatot értünk. Ide tartoznak például azok az adatok, amelyek már önmagukban azonosíthatnak téged (mint pl. a neved, elérhetőségi adataid, számlázási címed, internetprotokoll („IP”)-címed, cookie-k vagy eszközazonosítók), valamint olyan adatok, amelyek önmagukban nem azonosítanak, de amelyek olyan azonosítókkal együtt tárolódnak, amelyek igen (például, hogy hogyan használsz a szolgáltatásainkat, vagy mely országban használsz őket).

2 Az adatkezelés

2.1 Mi a célja személyes adataid kezelésének?

Csak abban az esetben használjuk személyes adataidat, ha

- beleegyezésed adtad hozzá (pl. jelentkezted valamelyik csoportra vagy szolgáltatásra, üzenetet küldtél vagy feliratkoztál a hírlevélre);
- ha az általad is igényelt szolgáltatások továbbfejlesztéséhez vagy folytatásához szükséges;
- ha az általad igényelt szolgáltatásokhoz kapcsolódó jogos érdekeink védelme megkívánja;
- ha az a törvényes jogoknak vagy kötelezettségeknek való megfeleléshez szükséges (pl. az általunk végzett szolgáltatásról számlát kell kibocsátanunk a számodra);
- ha az ebben a szabályzatban meghatározott, szokványos szolgáltatások nyújtásához azok elengedhetetlenek (pl. tájékoztatlak valamelyik további csoportunkról).

A beleegyezésed a következő esetekben kérjük:

- az általad igényelt szolgáltatásokra vonatkozó kommunikációhoz;
- közvetlen marketingkommunikációk küldéséhez;
- bizonyos cookie-k tárolásához az eszközödon (ha ehhez beleegyezés szükséges);

Ha a beleegyezésed alapján dolgozzuk fel az adataidat, akkor a hozzájárulásod bármikor visszavonhatod a megfelelő rendszer-funkcionalitások használatával (pl. leiratkozás), vagy az elérhetőségeinken történő megkereséssel (emailben jelezve azt).

Az általad igényelt szolgáltatások elvégzése érdekében, hogy:

- a szolgáltatásaink elérhetőek és használhatók legyenek számodra a eszközeiden (pl. az információk megjelenítésének módosítása az eszköztípusoktól függően);
- válaszok generálódjanak a keresési eredményeid alapján;
- ezekkel kapcsolatos üzeneteket, értesítéseket vagy riasztásokat kapj (pl. visszaigazoló emailek, egyéb alapvető fontosságú kommunikációk, riasztások, a szolgáltatásaink, szabályzataink, vagy egyéb feltételek változásairól, frissítéseiről szóló értesítések);
- megválaszoljuk az weboldal üzenetküldésében, e-mail-ben vagy közösségi oldalainkon keresztül küldött üzeneteidet.

Az általad igényelt szolgáltatások javítása, optimalizálása, továbbfejlesztése érdekében, hogy:

- folyamatosan bővítjük, fejlesszük, ezáltal egyre jobbá tesszük szolgáltatásainkat;
- az általad megküldött visszajelzéseket feldolgozhatjuk;
- az általad feltett kérdéseket, vagy a szolgáltatásaink használata közben tapasztalt problémákat megválaszolhatjuk;
- kiértékelhessük, hogy a hozzánk látogatók mikor, miért, mire és hogyan használják az oldalainkat;
- az általad használt szolgáltatásainkkal kapcsolatos élményeid minél inkább személyre szabhatók legyenek, hogy a lehető leghasznosabb, leghatékonyabb és legrelevánsabb élményeket biztosíthassuk a számodra;
- a stratégiaileg fontos üzleti döntéseket megalapozó információk összesített, név nélkülivé tett adatállományok formájában való létrehozása lehetővé teghesse számunkra, hogy mintákat vagy trendeket tudjunk azonosítani;
- a szolgáltatásaink hibáit, illetve fejlesztendő területeit minél jobban be tudjuk azonosítani és ki tudjuk javítani, javíttatni.

Az általad igényelt szolgáltatásokhoz kapcsolódó jogos érdekeink védelme érdekében, hogy:

- a jogos érdekeinket megfelelően és hatékonyan védeni tudjuk (pl. a csalások és lopások megelőzése, az adataink és anyagaink biztonsága során);

Csak abban az esetben dolgozunk fel jogos érdekből a személyes adataidat, ha az releváns, megfelelő és a gyűjtés céljára korlátozódik. Természetesen mindig biztosítani

fogjuk, hogy jogos érdekünk ne legyen tisztességtelen kihatással az adataidhoz fűződő jogaidra és szabadságodra.

A törvényes jogoknak vagy kötelezettségeknek való megfeleléshez szükséges, hogy:

a jogi követelésekből származó, megfelelőségi, szabályozási vagy könyvvizsgálati kötelezettségeimet teljesíteni tudjuk.

Szokványos üzleti céljainkhoz elengedhetetlenek, hogy:

- a szolgáltatásainkkal, tevékenységeinkkel (pl. csoportok) és az általunk nyújtott lehetőségekkel (pl. közösségi oldalak), eszközökkel (pl. weboldal) kapcsolatos információkról tájékoztatni tudjunk, ill. visszajelzéseid fogadni, értelmezni és kezelni tudjuk.

Az adatkezelésünknek tehát számos eltérő – és egyidejűleg akár több – konkrét célja is lehet:

- online tartalomszolgáltatás;
- az üzleti tevékenységünkkel összefüggő kapcsolattartás,
- az ügyfeleink, felhasználóink azonosítása, velük való kapcsolattartás;
- a Felhasználói jogosultságok azonosítása;
- az internetes oldalainkon keresztül elérhető saját – vagy partnereken keresztül nyújtott szolgáltatások, vagy a megrendelt szolgáltatások biztosítása;
- személyre szabott tartalmak és hirdetések megjelenítése, statisztikakészítés;
- a Felhasználók által igénybe vett szolgáltatások, valamint hirdetések testreszabásának elősegítése, a kényelmi funkciók igénybevétele;
- egyedi felhasználói megkeresések kezelése, intézése;
- statisztikák, elemzések készítése;
- közvetlen üzletszerzési illetve marketing célú megkeresés (pl. hírlevél, promóció stb.);
- egyedi esetekben nyereményjátékok szervezése, lebonyolítása, a nyertesek kiértékelése és részükre a nyeremény biztosítása;
- az informatikai rendszer technikai fejlesztése;
- a Felhasználók jogainak védelme;
- az Adatkezelő jogos érdekeinek érvényesítése;
- az Adatkezelő tevékenységi körébe tartozó szerződések megkötésének és teljesítésének elősegítése.

2.2 Milyen elvek mentén tesszük ezeket?

- A személyes adatokat a jóhiszeműség és a tisztesség és átláthatóság elveinek, valamint a hatályos jogszabályok és jelen szabályzat rendelkezéseinek megfelelően kezeljük.
- A szolgáltatásaink igénybevételéhez elengedhetetlenül szükséges személyes adatokat csak az érintett Felhasználó hozzájárulása alapján, és kizárólag célhoz kötötten használjuk fel.
- A személyes adatokat csak a jelen szabályzatban, illetve a vonatkozó jogszabályokban meghatározott célból kezeljük. A kezelt személyes adatok köre arányban áll az adatkezelés céljával, azon nem terjeszkedhet túl.
- Minden olyan esetben, ha a személyes adatokat az eredeti adatfelvétel céljától eltérő célra kívánnánk felhasználni, erről tájékoztatunk, és ehhez előzetes, kifejezett hozzájárulást szerzünk be, illetve lehetőséget biztosítunk a felhasználás megtiltására.
- A megadott személyes adatokat nem ellenőrizzük. A megadott személyes adatok megfelelőségéért kizárólag az azt megadó személy felel.
- A 16. életévét be nem töltött személy érintett személyes adatai, csak a felette szülői felügyeletet gyakorló nagykorú személy hozzájárulása esetén kezelhetők. Mivel nekünk nem áll módunkban a hozzájáruló személy jogosultságát, illetve nyilatkozatának tartalmát ellenőrizni, így a Felhasználó (illetve a felette szülői felügyeletet gyakorló személy) szavatol azért, hogy a hozzájárulás megfeleljen a jogszabályoknak.
- Az általunk kezelt személyes adatokat – a jelen szabályzatban megjelölt eseteken kívül további – harmadik félnek át nem adjuk.

A jelen pontban foglaltak alól kivételt képez, mikor bizonyos esetekben (hivatalos bírósági, rendőrségi megkeresés, jogi eljárás szerzői-, vagyoni- illetve egyéb jogsértés vagy ezek alapos gyanúja miatt) az Adatkezelő érdekeinek sérelme, a szolgáltatásaink biztosításának veszélyeztetése, stb.) harmadik személyek számára hozzáférhetővé kell tegyük az érintett Felhasználó elérhető személyes adatait.

Az adatok statisztikai célú, összesített formában történő felhasználása – mely az érintett Felhasználó beazonosítására alkalmas egyéb adatot semmilyen formában nem tartalmazhat – nem minősül személyes adatok kezelésének, sem adattovábbításnak.

- A weboldal a Felhasználók aktivitásáról adatokat gyűjthetnek, melyek nem kapcsolhatók össze a Felhasználók által a regisztrációkor megadott egyéb

adatokkal, sem más honlapok vagy szolgáltatások igénybevételekor keletkező adatokkal.

- Az általunk kezelt személyes adat helyesbítéséről, korlátozásáról illetve törléséről az érintett Felhasználót értesítjük (továbbá mindazokat, akiknek korábban – kivételes indokból – a személyes adatot adatkezelés céljára továbbítottuk). Az értesítés mellőzhető, ha ez az Adatkezelés céljára való tekintettel az érintett jogos érdekét nem sérti.
- Gondoskodunk a személyes adatok biztonságáról, megteszük mindazokat a technikai és szervezési intézkedéseket, és kialakítjuk azokat az eljárási szabályokat, amelyek biztosítják, hogy a felvett, tárolt, illetve kezelt adatok védettek legyenek, illetőleg megakadályozzák azok véletlen elvesztését, jogtalan megsemmisülését, jogosulatlan hozzáférését, jogosulatlan felhasználását és jogosulatlan megváltoztatását, jogosulatlan terjesztését. E kötelezettség teljesítésére minden olyan harmadik felet felhívok, akik részére (kivételes indokból) Személyes adatokat továbbítunk.

2.3 Milyen forrásból és hogyan jutunk hozzá személyes adatokhoz?

Szolgáltatásaink minden felhasználójáról gyűjtünk, tárolunk és feldolgozunk néhány információt, azonban következetesen sosem gyűjtünk több adatot a szükségesnél.

Az alábbi forrásokból juthatunk személyes adatokhoz:

A., Te adod meg őket önkéntesen

Az általad megadott információk tartalmazhatnak olyan személyes adatokat, amelyek a szolgáltatások igénybevételéhez szükségesek (pl. név és elérhetőségi adatok). Ide tartozhatnak az olyan tartalmak is, amiket a velünk vagy az érdekkörünkben álló további ügyfeleinkkel való kapcsolattartás érdekében osztasz meg (pl. a szolgáltatásainkról szóló számlák kiadásához a számlázási adataid). Minden esetben Te döntöd el, hogy meg kívánod-e adni nekem ezeket az információkat, ugyanakkor az elérhetőségedről szóló információ, a számla kiállításához szükséges információ megadása szükséges.

Itt kell megemlítenünk azokat a rólad szóló személyes információkat, melyek szóbeli közlés által adsz meg magadról:

a.) csoportjainkon (családállítás, önismereti csoport): az elhangzottakról és a folyamatok főbb mozzanatairól kézzel írott feljegyzést készíthet Gerstmayer Beáta és Rátvai Helga, melyeket személyesen kezel és őriz, negyedik személynek nem ad át. Ezeket az adatokat

papíron és a Microsoft OneNote szoftverével rögzítjük és a hozzá tartozó OneDrive adattárolón tároljuk. A csoportos foglalkozások befejeztével az adatok törlését bármikor kérheted, vagy ha előre kéred, akkor rólad nem készül feljegyzés. Ezeknek a szolgáltatásoknak az igénybevételéhez nem szükségszerű a feljegyzéshez való hozzájárulásod. A csoportokon készült feljegyzéseket 5 évig tároljuk, az után megsemmisítjük, kivéve, ha kifejezetten kéred a további tárolást.

A szóbeli közlés alapján készült feljegyzések sohasem tartalmaznak olyan adatokat (teljes név, lakcím, e-mail cím, telefonszám stb.), amivel beazonosítható volna a feljegyzésben szereplő személyek személyazonossága. A csoportokról készült feljegyzésekben teljes név és a csoport dátuma szerepel. Az egyéni beszélgetésekről készült feljegyzésekben keresztnév, időnként a vezetéknev első betűje és a feljegyzés dátuma, tárgya szerepel.

B., Automatikusan generálódnak ill. gyűjtjük be őket

Bizonyos információk automatikusan generálódnak és kerülnek hozzánk a számítógépedről vagy eszközödről, miközben a szolgáltatásainkat használod. Ide tartozik az IP-címed, az általad a szolgáltatásainkhoz való hozzáféréshez használt eszközzel és böngészővel kapcsolatos információk, annak a weboldalnak az URL-címe, amelyről ellátogattál hozzánk, és azon harmadik fél oldalak, amelyekre hivatkozásokra kattintva ellátogatsz az oldalainkról való kilépéskor. Mindezek segítségével javíthatók az élményeid, ill. biztosítható, hogy a számodra leginkább releváns tartalmakban részesülj.

C., Harmadik féltől kapjuk

Néha harmadik féltől is kapunk információkat rólad, attól függően, hogy a velünk való interakció mely módját választottad. Például, ha egy promóciós partneren keresztül látogatsz el weboldalra, vagy ha továbbírányítunk egy szolgáltató weboldalára vagy alkalmazására, akkor tőlük is kaphatunk arra vonatkozó információkat, hogy folytattad-e ott a folyamatot.

Forrásuktól függetlenül személyes adatokhoz az alábbi módokon juthatunk:

- szolgáltatásaink értékesítése és reklámozása kapcsán,
- szerződéskötés esetén (pl. szolgáltatás igénybevétele),
- kapcsolattartás esetén,
- direkt marketing anyagok küldéséhez való hozzájárulás során,
- csoportjainkon való részvételkor,
- a szakmailag velünk együttműködő kollégáktól, velük kapcsolatban álló kliensektől,

- a Gerstmayer Beáta által üzemeltetett honlap böngészése esetén log file-ok vagy cookie-k útján.

2.4 Milyen személyes adatokat kezelünk?

Attól függően, hogy hogyan használsz szolgáltatásainkat, a személyes adatok következő kategóriáit gyűjthetjük és dolgozhatjuk fel, a fent ismertetett három különböző módon.

- Kapcsolattartási információk: Ide tartoznak a név, az e-mail-cím, a cím, a telefonszám és más hasonló információk.
- Azonosítási adatok: Ide tartoznak a személyazonosságot igazoló adatok, dokumentumok.
- Demográfiai információk: Korod, nemed, tartózkodási helyed.
- Eszközeid és tartózkodási helyre vonatkozó információk:
Az eszközeid általános adatai (pl. IP-címe, típusa, gyártmánya, modellje és operációs rendszere).
- Felhasználói és profilozási adatok:
 - A weboldalon (rendszerben) észlelt keresési előzményeid és preferenciáid.
 - A mód, ahogyan a szolgáltatásainkat használtad (ideértve az általad a weboldalon és/vagy az alkalmazásban töltött időt, valamint, hogy milyen oldalakat látogattál meg, és milyen funkciókat használtál).
 - Azok az esetleges hivatkozások, amelyekre rákattintottál, hogy a szolgáltatásainkra vagy a szolgáltatásainkról továbbirányítódjon (ideértve az átirányításban érintett szolgáltató azonosítását).
- Kommunikációs adatok:
Minden Tőled kapott kommunikációt, úgy mint az elektronikus kommunikációs csatornákon (pl. online csevegés, azonnali üzenetküldés vagy közösségi oldal) történő visszajelzéseket, segítségkéréseket, valamint kérdéseket, beleértve az ezzel a kommunikációval társított metaadatokat (pl. az idő és dátum).
- Felhasználó által létrehozott vagy megadott tartalom:
Az általad a rendszerbe vagy a velünk folytatott bármely csatornán folyó kommunikáció során megadott, feltöltött adatok és tartalmak, ideértve a megjegyzéseket, fényképeket, videókat, ajánlásokat, preferenciákat és értékeléseket, valamint az ezzel a tartalommal társított metaadatokat, úgy mint idő és dátum.

- Közösségi média információk

Mindazon információk (például név, e-mail-cím), melyeket Te a nyilvánosan hozzáférhető közösségi média profilodban (pl. Facebook) harmadik fél által elérhető, nyilvános adatként megadtál, és ők a saját feltételeiknek és adatvédelmi szabályzatuknak megfelelően azt számunkra is elérhetővé tették.

2.5 Meddig tároljuk az adatokat?

Fő szabály, hogy mindenképpen csak addig tároljuk személyes adataidat, amíg szükségünk van rájuk. (A különböző típusú személyes adatokra különböző adatmegőrzési szabályok alkalmazhatók.) Biztosítunk arról, hogy amennyiben már nincs okunk vagy jogi kötelezettségünk személyes adataid őrzésére, feldolgozására, úgy törölni fogjuk azokat, vagy olyan anonim módon fogjuk tárolni őket, hogy többé ne legyenek alkalmasak a Te azonosításodra. Ezen belül az adatkezelés idejét az adatkezelés célja határozza meg. (Amennyiben több cél is vonatkozik valamelyik adatra, akkor a hosszabb megőrzési idő érvényesül). **Ha az adatkezelés a Te beleegyezéseden alapul, akkor az adatokat addig kezeljük, amíg vissza nem vonod a hozzájárulásodat**, kivéve, ha az adatkezelés célja ennél korábban megvalósult.

Ha a jogszabály kötelezővé teszi számunkra egyes dokumentumok megőrzését, akkor az azokban foglalt személyes adatokat az adott jogszabályban előírt megőrzési idő alatt tároljuk.

Ha van regisztrációd (hírlevél feliratkozás), vagy rendszeresen igénybe veszed szolgáltatásainkat, akkor annak érdekében, hogy zökkenőmentesen férj hozzá szolgáltatásainkhoz, meg fogjuk őrizni az ehhez nélkülözhetetlen személyes adataidat (pl. e-mail-cím, név).

Más adatokat korlátlan ideig őrizhetünk meg (pl. az IP-címedhez társított weboldali aktivitásod), melyek segíthetnek megérteni az ügyfeleink működését, hogy ezáltal javítani tudjuk szolgáltatásainkat, valamint meg tudjuk védeni az üzleti érdekeinket.

A csoportos foglalkozásokon készült feljegyzéseket 5 évig tároljuk, a személyes beszélgetések feljegyzéseit pedig 3 évig. Erről részletesen a 2.3 A pont alatt olvashatsz.

2.6 Mikor osztjuk meg személyes adataid harmadik felekkel?

Csak abban az esetben osztjuk meg személyes adataid, ha Te magad erre kérsz, ha az a veled történő együttműködés létrejöttéhez, vagy a neked történő szolgáltatás nyújtáshoz feltétlenül szükséges, valamint ha arra jogilag köteleznek minket.

A., Személyes adatok harmadik felekkel való megosztása

A felhasználóinkkal kapcsolatos információkat csak olyan kiválasztott harmadik felekkel osztjuk meg, akik a szolgáltatásaink teljesítését támogató módon nyújtanak különféle szolgáltatásokat (a továbbiakban „Harmadik fél adatfeldolgozók”-nak nevezzük őket). Ezek a Harmadik fél adatfeldolgozók a technikai infrastruktúra szolgáltatóitól az ügyfélszolgálati és hitelesítő eszközök szolgáltatóiig terjednek. (A Harmadik fél adatfeldolgozók székhelye vagy adatfeldolgozási helye a lakóhelyeden kívüli országban is lehet!)

A Harmadik fél adatfeldolgozók közé következők tartozhatnak:

- e-mail-kezelési és e-mail-küldési eszközök szolgáltatói (pl. ha feliratkozol a hírlevelemre vagy más marketingüzenetekre, ezeket harmadik fél e-mail-küldési eszközén keresztül fogjuk megküldeni neked);
- biztonsági és csalásmegelőzési szolgáltatók (pl. arra használjuk ezeket a szolgáltatókat, hogy azonosítsák az automatizált szoftverügynököket, melyek elronthatják a szolgáltatásainkat, továbbá hogy megakadályozzák az API-k helytelen használatát);
- adatösszesítő és analitikai szolgáltatók (akik lehetővé teszik számunkra, hogy hatékonyan figyelemmel követhessük és optimalizálhassuk a szolgáltatásaink nyújtását);
- szoftverplatformok szolgáltatói (akik segítenek nekünk a veled való kommunikációban);
- internetes felhőalapú tárolási szolgáltatók és más alapvető informatikai támogatási szolgáltatók;

B., Adatok kiadása jogi és egyéb okokból

Szükség esetén rendelkezésre bocsáthatjuk az adataidat, ha:

- azzal jogellenesen elkövetett vagy feltételezhetően jogellenesen elkövetett cselekményeket, például csalást tudunk megakadályozni, felderíteni, illetve büntetőeljárás alá vonni;
- ha azzal egyéb károkat tudunk megelőzni;

– ha az szükséges egy jogilag kötelező erejű kéréshez (pl. hivatalos bírósági, rendőrségi megkeresés), mikor harmadik személyek számára hozzáférhetővé kell tennünk az érintett Felhasználó elérhető személyes adatait, illetve az ellenünk indított jogi eljárásra történő válaszadáshoz;

– ha azzal ki tudjuk kényszeríteni jogainkat és követeléseinket (pl. jogi eljárás szerzői-, vagyoni- illetve egyéb jogsértés vagy ezek alapos gyanúja miatt az Adatkezelő érdekeinek sérelme, a szolgáltatásaim biztosításának veszélyeztetése).

C., Feljegyzések megosztása harmadik felekkel

Csoportos foglalkozásokon készült feljegyzések kiadása a Te kifejezett kérésedre kizárólag más önismereti, életvezetési tanácsadásban jártas szakember számára lehetséges. Kérésedre a tájékoztatás történhet szóban vagy a feljegyzés e-mailben való továbbításával.

A személyes beszélgetéseken készült feljegyzéseket nem osztjuk meg harmadik féllel. A Te kifejezett kérésedre, szakmailag indokolt esetben (pl. más szakember által vezetett önismereti csoportban való részvételkor vagy az együttműködés végeztével más szakembernél való folytatáskor) lehetséges.

2.7 Hogyan tartjuk biztonságban a személyes adataidat?

A személyes adataid védelme munkánk szerves részét képezi, azok titkosságának megőrzését elsődleges prioritásként kezeljük. Sajnos semmilyen weboldal vagy alkalmazás nem tudja garantálni a tökéletes biztonságot, mindenesetre mindent elkövetünk annak érdekében, hogy személyes adataid a lehető legnagyobb biztonságban tartsuk. A szolgáltatásainkat nyújtó rendszer (weboldal, Facebook) a feldolgozandó adatok típusától függően számos technikai, szervezeti és adminisztratív biztonsági intézkedést, valamint sokféle, legjobb gyakorlatokat alkalmazó módszert tartalmaznak. Például a tárhely-szolgáltató az adatok tárolására felhő alapú szolgáltatásokat nem, a lokális tárolásra pedig az iparágban szabványos lemeztitkosítást és egyéb korszerű védelmi eszközöket (pl. határvédelem, vírusvédelem, adat és kommunikáció titkosítás) alkalmaz. Ha a személyes adataidat az interneten keresztül továbbítani kell, az adatokat a biztonságuk érdekében TLS vagy HTTPS titkosítással továbbítjuk. A lokális eszközeinken (notebook, tablet, telefon, stb.) tárolt adatok esetében külső adattárolókra történő rendszeres mentési eljárást alkalmazunk, ill. az illetéktelen hozzáférések, támadások, adatvesztések és adatlopások kivédésére az ESET Endpoint Antivirus 5.0.2237.0 és Avast Antivirus védelmi rendszerét használjuk.

2.8 Hol tároljuk a személyes adatokat?

A papír alapú személyes adatokat kizárólag székhelyünkön kulccsal zárt szekrényben őrizzük és kezeljük. Az elektronikus formájú személyes adatokat alapvetően saját eszközökön, vagy megbízásunkból harmadik személyek által üzemeltetett szervereken tároljuk.

Üzemeltetett weboldal:

<https://inspiralmuhely.hu/>

Külső szolgáltatók:

- Weboldalunk üzemeltetője és szolgáltatója:
Szolgáltató: **Automattic Inc.**
Székhely: **60 29th Street #343, San Francisco, CA 94110, USA**
Web: <https://wordpress.com/>
Adatkezelési tájékoztató: <https://automattic.com/privacy/>
- Szerver- ill. tárhelyszolgáltatónk:
Szolgáltató: Tárhely.Eu Szolgáltató Kft.
Székhely: 1097 Budapest, Könyves Kálmán körút 12-14.
Web: <https://tarhely.eu/>
- Szoftver szolgáltató:
Szolgáltató: **Excel, OneNote**, Microsoft Corporation
Székhely: Redmond, Washington, Egyesült Államok
Adatvédelmi szabályzat: <https://privacy.microsoft.com/hu-hu>
- Fájl és tartalommegosztó szolgáltatóink:
Szolgáltató: **DropBox**, Google LLC
Székhely: 1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View, California 94043, USA
Web: <https://policies.google.com/privacy?hl=hu>
- Telefonhívásaink rögzítését és tárolását végzik:
Yettel Magyarország Zrt.
Székhely: 2045 Törökbálint, Pannon út 1.
Web: <https://yettel.hu/>
One Magyarország Zrt.

Székhely: 1112 Budapest, Boldizsár utca 2.

Web: <https://one.hu/>

- Levelezőrendszerünk biztosítja:

Szolgáltató: **Google** LLC

Székhely: 1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View, California 94043, USA

Web: <https://gsuite.google.com/intl/hu/features/>

- Automatikus levélküldő rendszerünk:

Szolgáltató: **MailPoet** (WordPress)

Székhely: **60 29th Street #343, San Francisco, CA 94110, USA**

Web: <https://wordpress.com/>

- Számláinkat a SZÁMLÁZZ.HU oldalon készítjük:

Szolgáltató: KBOSS.hu Kft.

Székhely: 1034 Budapest, Bécsi út 126-128.

Web: <https://www.szamlazz.hu/adatvedelem/>

- Közösségi média felületként a következőt használom:

Szolgáltató: **Facebook** Ltd.

Székhely: 1 Hacker Way Menlo Park, California 94025, USA

Web: <https://www.facebook.com/privacy/explanation>

Szolgáltató: **Pinterest** Ltd.

Székhely: 651 Brannan Street, San Francisco, CA 94107, USA

Web: <https://policy.pinterest.com/en/privacy-policy>

Szolgáltató: **YouTube** Ltd.

Székhely: 901 Cherry Avenue, San Bruno, California, USA

Web: <https://policies.google.com/privacy>

Szolgáltató: **TikTok** Ltd.

Székhely: 5800 Bristol Parkway, Suite 100, Culver City, CA 90230

Web: <https://www.tiktok.com/legal/page/row/privacy-policy/en>

A felsorolt külső szolgáltatók a számukra szükséges személyes adatok kezelését saját felelősségük mellett, adatvédelmi szabályzataik szerint végzik.

2.9 Használunk-e sütitet (cookie-kat) vagy hasonló technológiákat?

Az elektronikus hírközlésről szóló 2003. évi C. tv. rendelkezéseivel összhangban weboldalunk látogatójaként tájékoztatunk, hogy azon cookie-kat („sütit”) használunk. A szolgáltatásaink nyújtása során ezek megőrzik a tevékenységed bizonyos jellemzőit, így ezek technikai jellegű, statisztikai adatainak elemzésével olyan összefüggésekhez, információkhoz jutunk, melyek alapján szolgáltatásaink folyamatos javítását, optimalizálását, személyre szabását, a felhasználói élmények érdemi növelését biztosítani tudjuk.

Mik azok a sütik, vagy angolul cookie-k?

A sütik (cookie-k) olyan kis méretű szöveges adatfájlok, amelyeket a megtekintett honlapok helyeznek el a számítógépeden (vagy egyéb eszközödn), annak böngészőjében. Olyan adatokat rögzítenek, mint a preferenciáid és beállításaid, így a segítségükkel hozzájuthatunk azokhoz az információkhoz, melyek segítségével, azok elemzését követően a legkövetkezetesebb és leginkább releváns élményt tudjuk biztosítani a számodra.

A weboldalunkon található cookie-k tőlünk, velünk partneri viszonyban álló harmadik felektől, illetve esetleg független harmadik felektől (pl. hirdető) származhatnak. Semelyik cookie nem tárol olyan személyes adatot, melynek használatát jóvá kellene hagynod. A weboldal beállításaiiban letiltottam a Google Analytics Ip cím követő funkcióját. Ha ennek ellenére szeretnéd letiltani a cookie-k használatát, azt a böngésző beállításaiiban megteheted, ám ez a tiltás bizonyos szolgáltatások igénybevételét korlátozhatja vagy akár meg is akadályozhatja, például a videók megtekintését.

2.10 Milyen jogai vannak a személyes adatok tulajdonosainak?

Hozzáférési jog: bármely adat tulajdonosa bármikor jogosult információt kérni az általam tárolt személyes adataidról.

Helyesbítés joga: bármely adat tulajdonosának jogában áll személyes adatai helyesbítését kérni, ha azok helytelenek vagy pontatlanok.

Törléshez való jog: bármely adat tulajdonosának bármikor joga van az általam feldolgozott személyes adatai törléséhez. Ez a jogosultság nem vonatkozik olyan adatkezelésekre, amik nem a Te hozzájárulásodon alapulnak (pl. törvényi előírások).

Adathordozhatósághoz való jog: bármely adat tulajdonosának bármikor jogában áll kérni, hogy tárolt adatait strukturált, általánosan használt és gép által olvasható formátumban (pl. PDF vagy Word) átadjam neki, vagy egy általa megnevezett harmadik félnek.

Tiltakozás joga: bármely adat tulajdonosa bármikor jogosult arra, hogy a saját helyzetével kapcsolatos okokból tiltakozzon az adatkezelés ellen.

Visszavonás joga: bármely adat tulajdonosa jogosult arra, hogy hozzájárulását bármikor visszavonja.

Panasztétel joga: bármely adat tulajdonosának bármikor jogában áll panasszal élni felém, vagy az illetékes szervek felé, amennyiben megítélése szerint a személyes adatok kezelése megsérti a GDPR-t vagy más adatvédelmi jogszabályt. Javasoljuk, hogy ez esetben mihamarabb lépj velünk kapcsolatba.

2.11 Hol tudsz panaszt tenni, jogorvoslatot kérni?

Amennyiben úgy érzed, megsértettük a jogaidat, jogorvoslati lehetőségért vagy panasszal a Nemzeti Adatvédelmi és Információs Hatósághoz is fordulhatsz:

Név: Nemzeti Adatvédelmi és Információs Hatóság
Székhely: 1125 Budapest Szilágyi Erzsébet fasor 22/c.
Postacím: 1530 Budapest, Pf.: 5.
Telefon: +36 (1) 391-1400
Fax: +36 (1) 391-1410
Honlap: <http://naih.hu>

Megköszönjük, ha panaszoddal első lépésben hozzánk fordulsz, együttműködésünkre minden esetben számíthatsz.

2.12 Mik az Adatkezelő elérhetőségei?

Ha bármilyen kérdésed merül fel az adatvédelmemmel kapcsolatban, várjuk megkeresésedet.

Az adatkezelők adatai

Amennyiben megkeresnél, a www.inspiralmuhely.hu weboldal kapcsolat menüpontján keresztül léphetsz kapcsolatba velünk.

Név: Gerstmayer Beáta

Székhely: 112316 Tököl, Búzavirág utca 3.

EV nyilvántartási szám: 57832386

Adószám: 59787457-1-33

Telefonszám: +36 20 220 4963

E-mail: info@inspiralmuhely.hu

Adatvédelmi tisztviselő

Név: Gerstmayer Beáta

Telefonszám: +36 20 220 4963

Név: Rátvai Helga

Székhely: 3908 Rátka, Petőfi utca 10.

EV nyilvántartási szám: 60557144

Adószám: 91151074-1-25

Telefonszám: +36 30 630 6449

E-mail: Helga.ratvai@gmail.com

Adatvédelmi tisztviselő

Név: Rátvai Helga

Telefonszám: +36 30 630 6449

Jelen szabályzat 2025. Augusztus 14-től hatályos visszavonásig.