Regulamin określa zasady na jakich zawierasz ze mną Umowę. Znajdziesz tu przede wszystkim informacje o sposobie składania Zamówień, terminie i dostawie Produktów, płatnościach, procedurze reklamacyjnej i prawie odstąpienia od Umowy.

Umowę zawierasz z:

Dietetyk Sylwia Rozmarynowska prowadzącą/-ym działalność gospodarczą pod nazwą Dietetyk Sylwia Rozmarynowska, adres siedziby: ul. Słoneczna 41b/9 66-400 Gorzów Wielkopolski, NIP: 5993016404 REGON: 544358097

DANE KONTAKTOWE:

telefon: 791359916

e-mail: kontakt@sylwiawilkdietetyk.pl

adres do korespondencji: 66-400 Gorzów Wielkopolski, ul. Słoneczna 41b/9

DEFINICJE

Sklep to sklep internetowy dostępny w domenie www.sylwiawilkdietetyk.pli wszystkie jego podstrony.

Regulamin to ten dokument.

Konsument to osoba fizyczna, która zawiera umowę z przedsiębiorcą w celach prywatnych, niezwiązanych z prowadzoną przez nią działalnością gospodarczą lub zawodową.

Przedsiębiorca na prawach na Konsumenta to osoba fizyczna nabywająca Produkty za pośrednictwem Serwisu w celu związanym bezpośrednio z jej działalnością gospodarczą, gdy z treści tej umowy wynika, że nie posiada ona dla niej charakteru zawodowego, wynikającego w szczególności z przedmiotu wykonywanej przez nią działalności gospodarczej, udostępnionego na podstawie przepisów o Centralnej Ewidencji i Informacji o działalności gospodarczej.

Przedsiębiorca to osoba fizyczna, osoba prawna lub jednostka organizacyjna nieposiadająca osobowości prawnej, nabywająca Produkty w ramach działalności gospodarczej lub zawodowej.

Klient to osoba fizyczna, sobą prawna lb jednostka organizacyjna nieposiadająca osobowości prawnej, której odrębne przepisy przyznają zdolność prawną, nabywająca moje Produkty lub Towary lub korzystająca z Usług dostępnych w Serwisie. Klient to Ty,

Serwis to Sklep, a także inne miejsca, w których prowadzona jest sprzedaż Produktów lub Towarów.

Media społecznościowe to platformy społecznościowe w ramach których posiadam konto i za pośrednictwem których kontaktuję się z Tobą lub innymi odbiorcami. Korzystam z następujących platform społecznościowych: Instagram dietetyk_sylwia, Facebook dietetyksylwia

Usługa hostingu to usługa polegającą na przechowywaniu informacji przekazanych przez Odbiorcę usługi oraz na jego żądanie.

Oferta to propozycja zawarcia Umowy, zawierająca m.in. opis, cenę, właściwości Produktu lub Towaru. Nie jest to oferta w rozumieniu kodeksu cywilnego. To jedynie zaproszenie do zawarcia

Umowy.

Produkt to Usługi, Treści cyfrowe, Usługi cyfrowe, Produkty mieszane przeznaczone do sprzedaży.

Usługa to każda usługa świadczona przeze mnie na Twoją rzecz, w tym Usługa cyfrowa, np. Konsultacje, współpraca 1:1, indywidualny plan żywieniowy.

Treści cyfrowe to dane wytwarzane i dostarczane w postaci cyfrowej (np. e-booki).

Usługa cyfrowa to usługa pozwalająca Ci na wytwarzanie, przetwarzanie, przechowywanie lub dostęp do danych w postaci cyfrowej albo wspólne korzystanie z danych w postaci cyfrowej, które zostały przesłane lub wytworzone przez konsumenta lub innych użytkowników tej usługi, albo inne formy interakcji za pomocą takich danych (np. dostęp do interaktywnej platformy online).

Produkt mieszany to taki, który łączy różne rodzaje Produktów (np. Konsultację i subskrypcję Aplikacji).

Konsultacje to usługa, którą świadczę na Twoją rzecz drogą elektroniczną, np. w formie spotkania online lub wideorozmowy, albo stacjonarnie.

Usługa elektroniczna to usługa świadczona przeze mnie drogą elektroniczną. Jest to usługa w rozumieniu art. 2 pkt 4 Ustawy o świadczeniu usług drogą elektroniczną, np. Konto.

Umowa to - w zależności od tego co zamawiasz - umowa o świadczenie Usług, umowa o dostarczanie Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej w zamian za cenę, albo inna umowa cywilnoprawna.

Zamówienie to Twoje oświadczenie woli dotyczące zakupu Produktów lub Towaru, złożone w dowolnej formie (np. przez e-mail lub w Sklepie), prowadzące do zawarcia między nami Umowy na zasadach zawartych w Regulaminie.

Polityka prywatności to dokument określający zasady przetwarzania danych osobowych.

Kodeks cywilny to ustawa z dnia 23 kwietnia 1964 r. Kodeks cywilny (Dz. U. z 1964 r. Nr 16, poz. 93 ze zm.).

Ustawa o prawach konsumenta to ustawa z dnia 30 maja 2014 r. o prawach konsumenta (Dz. U. z 2014 r. poz. 827 ze zm.).

Ustawa o świadczeniu usług drogą elektroniczną to ustawa z dnia 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną (Dz.U. Nr 144 poz. 1204 ze zm.).

POSTANOWIENIA OGÓLNE

Wszystkie informacje jakie znajdziesz o moich Produktach lub Towarach w Serwisie - w szczególności takie jak opisy i ceny - nie są ofertą sprzedaży w rozumieniu Kodeksu cywilnego. To jedynie zaproszenie do zawarcia Umowy. Zakup staje się wiążący dopiero wtedy, gdy złożysz Zamówienie, a ja je zaakceptuję.

Regulamin jest zawsze dostępny online! Możesz go znaleźć:

- **Na stronie internetowej_____www.sylwiawilkdietetyk.pl____**

Korzystanie z Serwisu i składanie Zamówień wymaga, żebyś zapoznał/-a się z Regulaminem i go zaakceptował/-a. Bez akceptacji Regulaminu nie będziemy mogli zawrzeć Umowy.

Możesz składać Zamówienia o każdej porze - 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu, przez cały rok. Zastrzegam sobie jednak prawo do czasowego wstrzymania sprzedaży z przyczyn technicznych lub organizacyjnych. Jeśli zaplanuję przerwę, poinformuję Cię o tym z wyprzedzeniem, żebyś mógł/mogła się do niej przygotować.

Nie korzystam z algorytmu, który dostosowuje ceny w oparciu o zautomatyzowane podejmowanie decyzji.

W razie rozbieżności pomiędzy postanowieniami Regulaminu, a Ofertą - decyduje treść Oferty. To znaczy, że Oferta ma pierwszeństwo przed postanowieniami Regulaminu.

WARUNKI TECHNICZNE

PODSTAWOWE WYMAGANIA TECHNICZNE

Żebyś mógł/mogła korzystać z Serwisu, składać Zamówienia i korzystać z Produktów, potrzebujesz:

Dostępu do Internetu i odpowiedniego urządzenia:

- **komputer, laptop, tablet, smartfon lub inne urządzenie z dostępem do Internetu**
- **system operacyjny: Android, macOS, Windows (w aktualnej wersji).**

Pamiętaj: za dostęp do Internetu płacisz zgodnie z taryfą swojego operatora.

Aktualnej przeglądarki internetowej:

- **rekomendowane: Mozilla Firefox, Google Chrome, Safari**
- **możesz też korzystać z innej kompatybilnej przeglądarki obsługującej pliki cookies. Dzięki cookies Serwis może poprawnie wyświetlać swoje strony.**

Aktywnego i prawidłowo skonfigurowanego konta e-mail.

Aktywnego i prawidłowo skonfigurowanego Konta w Sklepie.

Aktywnego i prawidłowo skonfigurowanego Konta na platformie www.sylwiawilkdietetyk.pl.

Pamiętaj: korzystanie z tych platform odbywa się na zasadach określonych przez jej właściciela. Szczegółowe warunki korzystania z platformy znajdziesz w regulaminie platformy.

Czasem - na przykład przy wypełnianiu formularza Zamówienia - potrzebujesz klawiatury lub innego urządzenia, które umożliwi Ci poprawne uzupełnienie formularza elektronicznego.

DODATKOWE WYMAGANIA TECHNICZNE

Oprócz podstawowych wymagań technicznych, niektóre Produkty mogą wymagać dodatkowych narzędzi lub oprogramowania, aby mogły działać prawidłowo.

Konsultacje

Jeśli bierzesz udział w Konsultacji online, zadbaj o głośnik lub słuchawki, kamerę oraz aktywne konto na komunikatorze internetowym (np. Skype, Zoom, Google Meet).

Dzięki temu możemy się zobaczyć i dobrze usłyszeć.

Materiały do pobrania

Aby korzystać z niektórych Produktów (np. e-booków, planów żywieniowych), potrzebujesz odpowiednich programów, które umożliwiają otwieranie plików w formatach wymienionych w Ofercie. Najczęstsze typy plików to PDF, doc., docx., ZIP, XSL.

Brak odpowiedniego programu może uniemożliwić otwarcie lub użycie materiałów.

Wymagania szczególne

Jeśli do złożenia Zamówienia lub korzystania z Serwisu czy Produktów będą potrzebne jakieś dodatkowe wymagania techniczne (np. konkretna przeglądarka, oprogramowanie czy urządzenie), dam Ci o tym znać wcześniej. Zawsze poinformuję Cię o tym zanim zaczniesz korzystać z Serwisu lub złożysz Zamówienie na konkretny Produkt.

Chcę żebyś miał/-a wszystkie potrzebne informacje, zanim podejmiesz decyzję o zakupie.

KORZYSTANIE Z SERWISU

Korzystając z Serwisu, zobowiązujesz się działać zgodnie z Regulaminem, obowiązującym prawem oraz zasadami współżycia społecznego. Możesz korzystać z Serwisu wyłącznie na własny użytek - nie wolno Ci wykorzystywać dostępnych materiałów w celach zarobkowych, w projektach komercyjnych, kopiować ich ani udostępniać innym osobom.

Podczas korzystania z Serwisu musisz przestrzegać kilku podstawowych zasad:

- **podawaj wyłącznie prawdziwe i aktualne dane**
- **aktualizuj swoje dane niezwłocznie, jeśli coś się zmieni**
- **nie podszywaj się pod inne osoby i nie wprowadzaj nikogo w błąd co do swojej tożsamości ani relacji z innymi**
- **nie zakłócaj działania Serwisu - korzystaj z niego zgodnie z jego przeznaczeniem i Regulaminem**
- **nie publikuj ani nie przesyłaj treści niezgodnych z prawem**
- **nie podejmuj działań, które mogą naruszać prawa innych osób lub podmiotów.**

Podejmuję odpowiednie środki, aby zapewnić Ci bezpieczne korzystanie z Serwisu i jego funkcji.

Jednym z takich zabezpieczeń jest na przykład protokół SSL, który szyfruje przesyłane dane. Mimo to, musisz wiedzieć, że korzystanie z Internetu zawsze wiąże się z pewnym ryzykiem, np. możliwością zainfekowania urządzenia szkodliwym oprogramowaniem lub nieuprawnionym dostępem do Twoich danych przez osoby trzecie. Aby ograniczyć to ryzyko, zalecam używanie aktualnego oprogramowania antywirusowego oraz narzędzi chroniących tożsamość w sieci.

NIEODPŁATNE TREŚCI

Publikowane przeze mnie w Serwisie treści służą do:

- **prezentacji moich Produktów lub Towarów**
- **udostępniania materiałów edukacyjnych (np. na blogu w Serwisie lub na moim profilu w Mediach społecznościowych).**

Treści mają charakter ogólny i edukacyjny - nie zastępują indywidualnej konsultacji dietetycznej. Publikowane informacje są aktualne w dniu publikacji i nie są później aktualizowane, chyba że wyraźnie to zaznaczę. Jeśli wprowadzę zmiany, znajdziesz je bezpośrednio w treści postu lub artykułu.

Dbam o to, aby treści były rzetelne i zgodne z aktualnym stanem wiedzy w dniu publikacji. Nie ponoszę jednak odpowiedzialności za szkodę powstałą na skutek zastosowania, niezastosowania lub błędnego zastosowania się do tych informacji. Każdy organizm jest inny - zalecenia dietetyczne mogą wymagać indywidualnego dopasowania.

Jeśli masz pytania dotyczące diety lub potrzebujesz indywidualnej konsultacji, skonsultuj się ze specjalistą. Chcesz porozmawiać o mojej publikacji? Napisz do mnie.

Moje treści są chronione prawem autorskim. Jeśli chcesz zacytować fragment, podaj moje imię i nazwisko jako autora oraz źródło publikacji. Kopiowanie i wykorzystywanie treści bez mojej zgody jest zabronione. Dziękuję za szanowanie mojej pracy!

W Serwisie mogą pojawić się linki do innych stron, w tym linki afiliacyjne do stron partnerów. Linki mogą otwierać się w nowym lub tym samym oknie przeglądarki. Przed kliknięciem warto zapoznać się z regulaminem i polityką prywatności danej strony. Twoje bezpieczeństwo jest dla mnie ważne!

USŁUGI ELEKTRONICZNE

Za pośrednictwem Serwisu, świadczę na Twoją rzecz nieodpłatne Usługi elektroniczne (np. formularz Zamówienia, dostęp do Serwisu).

Ten rozdział nie dotyczy wszystkich usług. Zasady opisane w tym rozdziale nie mają zastosowania do:

- **Konta – opisane w rozdziale Konto.**

Korzystanie z Usług elektronicznych oznacza, że zawieramy umowę o świadczenie Usług elektronicznych na zasadach opisanych w tym rozdziale.

Zawarcie umowy jest dobrowolne i nieodpłatne, ale niezbędne do korzystania z Serwisu. Umowę zawieramy na czas nieokreślony w momencie, gdy:

- **wejdziesz na stronę Serwisu, np. wpiszesz adres w przeglądarce lub klikniesz przekierowanie (w przypadku dostępu do Serwisu)**

- **zaczniesz korzystać z funkcji Serwisu, np. dodasz produkt do koszyka (w przypadku korzystania z funkcjonalności Serwisu).**

Umowa ma charakter jednorazowy i rozwiązuje się, gdy:

- **opuścisz Serwis (w przypadku dostępu do Serwisu)**

- **przestaniesz korzystać z danej funkcji Serwisu, np. złożysz Zamówienie i zamkniesz formularz zamówienia (w przypadku korzystania z funkcjonalności Serwisu).**

Możesz w każdym czasie, bez podawania przyczyny, rozwiązać umowę o świadczenie Usług elektronicznych, ze skutkiem natychmiastowym. Wystarczy, że wyjdziesz z Serwisu lub przestaniesz korzystać z danej funkcji Serwisu.

Jeżeli masz zastrzeżenia do świadczonej przeze mnie Usługi elektronicznej, możesz złożyć reklamację. O tym jak złożyć reklamację przeczytasz w rozdziale PROCEDURA ROZPATRYWANIA REKLAMACJI.

KONTO

Konto w Serwisie

Za pośrednictwem Serwisu udostępniam Ci bezpłatne Konto - dostępne po rejestracji.

Konto pozwala Ci m.in. na:

- **przeglądanie historii Zamówień**

- **wygodne zarządzanie danymi i usługami**

- **szybki dostęp do dokumentów lub materiałów powiązanych z Zamówieniem.**

Konto możesz założyć:

- **automatycznie przy zakupie**

Konto tworzy się automatycznie podczas składania Zamówienia. Umowa o jego prowadzenie zawierana jest w momencie zakupu.

- **przez formularz rejestracyjny**

Wypełniasz formularz, akceptujesz Regulamin i klikasz „Utwórz Konto”. Umowa zostaje zawarta, gdy otrzymasz e-mail z potwierdzeniem.

Konto na platformie zewnętrznej lub w Aplikacji

W niektórych przypadkach Konto może być tworzone na zewnętrznej platformie (np. edukacyjnej) lub w Aplikacji. W takim przypadku musisz również zaakceptować regulamin tej platformy lub Aplikacji.

Reklamacja

Jeżeli stwierdzisz, że usługa Konta jest niezgodna z Umową, możesz złożyć reklamację. O tym jak złożyć reklamację przeczytasz w rozdziale PROCEDURA ROZPATRYWANIA REKLAMACJI.

ZASADY WSPÓŁPRACY I ODPOWIEDZIALNOŚĆ DIETETYKA

Pamiętaj, że nie prowadzę działalności leczniczej - moje Produkty to wsparcie dietetyczne, a nie porada lekarska i w żadnym stopniu jej nie zastępują.

Zanim rozpoczniemy współpracę, skonsultuj się z lekarzem, aby upewnić się, że nie ma przeciwwskazań do stosowania zaleceń dietetycznych.

Rozpoczęcie współpracy indywidualnej - ankieta

Jeśli zdecydujesz się na indywidualną współpracę (np. Konsultacje, plan żywieniowy, zalecenia dietetyczne i suplementacyjne), poproszę Cię o wypełnienie ankiety zdrowotno-żywieniowej.

Co zawiera ankieta? Pytania, które pomogą mi lepiej Cię poznać i dostosować zalecenia do Twoich potrzeb. Znajdziesz w niej m.in. pytania o stan zdrowia, przebyte urazy, choroby przewlekłe, operacje, uczulenia, alergie, przyjmowane leki, doświadczenia z wcześniejszymi dietami.

Wypełnioną ankietę prześlij na mój adres e-mail w terminie 2 dni od dnia zawarcia Umowy. Termin ten jest ważny, aby Usługa mogła zostać prawidłowo zrealizowana.

Zasady współpracy i odpowiedzialność

Przekazywane przez Ciebie informacje muszą być prawdziwe, rzetelne i kompletne. Odpowiadasz za ich poprawność - to kluczowe dla bezpieczeństwa i skuteczności naszych działań.

W niektórych przypadkach, w zależności od rodzaju Usługi, mogę poprosić Cię o wykonanie badań diagnostycznych.

W trakcie współpracy masz obowiązek informować mnie na bieżąco o każdej zmianie stanu zdrowia, pogorszeniu samopoczucia i skutkach ubocznych. Jeśli pojawią się niepożądane objawy, natychmiast przerwij realizowanie planu i skonsultuj się z lekarzem.

Wszystkie Usługi świadczę profesjonalnie, zgodnie z aktualną wiedzą z zakresu dietetyki i zasadami żywienia człowieka. Mimo to, nie mogę zagwarantować osiągnięcia zamierzonych efektów i braku skutków ubocznych. Wynika to z indywidualnych predyspozycji organizmu, złożoności funkcjonowania ludzkiego organizmu oraz braku kontroli nad tym, jak stosujesz się do planu i zaleceń (czy stosujesz je regularnie, przestrzegasz ustalonych zasad, nie wprowadzasz samodzielnie zmian).

Wszystkie zalecenia, plany i inne materiały, które ode mnie otrzymujesz w ramach indywidualnej współpracy, są dedykowane wyłącznie dla Ciebie. Uwzględniają Twój stan zdrowia, potrzeby i preferencje. Nie możesz udostępniać ich innym osobom, a ja nie ponoszę odpowiedzialności, jeśli ktoś inny zdecyduje się z nich korzystać.

Usługi mogą być realizowane nie tylko bezpośrednio przeze mnie, ale także z udziałem współpracujących ze mną osób trzecich. Zawsze dbam o to, aby osoby te posiadały odpowiednią wiedzę, kwalifikacje i kompetencje do prawidłowego wykonania zadania.

Gotowe plany dietetyczne (np. e-booki) nie są dopasowane indywidualnie do Twojego stanu zdrowia i preferencji. W związku z tym przed rozpoczęciem korzystania z gotowej diety, skonsultuj się z lekarzem lub dietetykiem, aby upewnić się, że plan jest dla Ciebie bezpieczny. Jeśli pojawią się niepożądane objawy, natychmiast przerwij dietę i skonsultuj się z lekarzem.

PRODUKTY I TOWARY

Udostępniam Ci Produkty i Towary zgodnie z aktualną Ofertą.

Mogą to być na przykład:

- **Usługi (np. Konsultacje)**
- **Treści cyfrowe (np. e-booki, nagrane webinary lub szkolenia wideo)**
- **Usługi cyfrowe (np. dostęp do interaktywnej Aplikacji lub grupy na Facebooku)**
- **Produkty mieszane (np. e-book umieszczony w Aplikacji + Konsultacja)**
- **Towary fizyczne (np. papierowe dzienniczki żywieniowe)**

Jeśli kupujesz Produkt mieszany (czyli taki, który łączy różne rodzaje Produktów, np. Konsultacje i dostęp do Aplikacji), to:

- **gdy głównym elementem jest Treść cyfrowa - stosujemy zapisy Regulaminu dotyczące Treści cyfrowych**
- **gdy głównym elementem jest Usługa - stosujemy zapisy Regulaminu dotyczące Usług**
- **gdy głównym elementem jest Usługa cyfrowa - stosujemy zapisy Regulaminu dotyczące Usług cyfrowych.**

Jeśli głównym elementem Produktu jest Usługa, Treść cyfrowa i Usługa Cyfrowa zawieramy Umowę mieszaną. Wtedy stosujemy odpowiednie zapisy Regulaminu dla każdego rodzaju świadczenia osobno.

W przypadku zawarcia Umowy na Treści cyfrowe, Usługi cyfrowe, Usługi, Produkt mieszany, zawieramy Umowy różnego rodzaju.

W razie wątpliwości co do tego, czy Umowa jest Umową o świadczenie usług, czy Umową o dostarczanie Treści cyfrowych, które nie są dostarczane na nośniku materialnym, będziemy stosować przepisy dotyczące Usług, w tym prawa odstąpienia od umowy w przypadku Usług.

Kupując Produkt, możesz otrzymać dostęp do tzw. świadczeń dodatkowych, takich jak:

- **dostęp do grupy na Facebooku**
- **udział w webinarze online.**

Są one dodatkiem do głównej Usługi i mają charakter poboczny względem Produktu.

Świadczenia dodatkowe możesz otrzymać w całości lub w części lub na określonych warunkach, także bez konieczności zapłaty ceny.

W niektórych przypadkach zasady korzystania z takich świadczeń mogą być określone w osobnym dokumencie (np. regulaminie grupy lub wydarzenia).

Dostęp do Produktów może być czasowy lub nieograniczony. Informację o terminie dostępności znajdziesz w Ofercie.

KONSULTACJE

Konsultacje odbywają się online przez komunikator Google Meet, lub inny o podobnych funkcjach wskazany w Ofercie. Link do spotkania otrzymasz mailowo maksymalnie na 2 dni (słownie: dwa dni) godziny przed terminem Konsultacji.

Jeżeli Oferta przewiduje Konsultacje w formie stacjonarnej, to odbywają się one w gabinecie dietetycznym, pod adresem wskazanym w Ofercie.

Konsultacje mogą być sprzedawane w ramach pakietu Konsultacji lub jako jednorazowa Konsultacja. Zakres Konsultacji przedstawiam Ci w Ofercie.

Termin Konsultacji uzgadniamy indywidualnie po zawarciu Umowy przez wiadomość mailową. /Termin Konsultacji wybierasz przy składaniu Zamówienia w udostępnionym w Serwisie kalendarzu.

Termin Konsultacji uznaje się za zarezerwowany dopiero po tym jak go potwierdzę.

Jeżeli z Oferty nie wynika nic innego:

- **Konsultacja trwa 60 minut.**
- **Możesz skorzystać z Konsultacji maksymalnie w ciągu 2 miesięcy od zawarcia Umowy.**
- **Jeżeli Zamówienie dotyczyło pakietu Konsultacji, możesz je wykorzystać maksymalnie w ciągu 6 miesięcy od zawarcia Umowy. Pakiet Konsultacji wygasa w jednym z dwóch przypadków - gdy zostaną zrealizowane wszystkie Konsultacje z pakietu lub gdy minie czas, na jaki pakiet został zakupiony, zależnie od tego, co nastąpi jako pierwsze.**
- **Konsultacja wstępna to pierwsze spotkanie w ramach współpracy dietetycznej, podczas którego zbieram szczegółowy wywiad, analizuję Twoje potrzeby i określam dalszy plan działania.**
- **Konsultacja kontynuacyjna to każde kolejne spotkanie odbywające się w ramach tej samej**

współpracy, po wcześniejszej konsultacji wstępnej.

- **Za konsultację kontynuacyjną uznaje się wyłącznie wizytę, która odbywa się nie później niż 2 miesiące od daty poprzedniej konsultacji. Po przekroczeniu tego terminu każda kolejna wizyta traktowana jest jako nowa konsultacja wstępna.**

Zarówno Ty, jak i ja możemy odwołać konsultację z ważnych powodów. To sytuacje nagłe, których nie dało się przewidzieć, na przykład wypadek, nagła choroba, inne zdarzenie losowe. W takiej sytuacji:

- **trzeba poinformować drugą stronę co najmniej 24 godzin przed zaplanowanym terminem Konsultacji**
- **jeśli nie można zachować tego terminu, informację należy przekazać jak najszybciej.**

Odwołanie konsultacji

Dzięki tym zasadom szanujemy swój czas i działamy profesjonalnie.

W takim wypadku Konsultacje zostaną przeprowadzone w najbliższym możliwym terminie, który wspólnie uzgodnimy. Opłata za Konsultację nie przepada. Zostanie zaliczona na poczet nowej Konsultacji, albo zwrócona, jeśli zdecydujesz się zrezygnować.

Jeżeli wystąpią problemy techniczne, za które odpowiadam i z tych przyczyn nie będziemy mogli przeprowadzić Konsultacji, wspólnie ustalimy nowy termin.

Nie odpowiadam za problemy techniczne lub inne nieprawidłowości, przez które nie możemy przeprowadzić Konsultacji, jeżeli przyczyna:

- **leży po Twojej stronie, np. brak dostępu do Internetu, problemy z urządzeniem.**
- **wynika z działania firm i usługodawców, z których korzystasz, np. awarii platformy komunikacyjnej, dostawcy Internetu.**

Jeżeli nie pojawisz się na ustalonym terminie Konsultacji i nie powiadomisz mnie wcześniej dlaczego jesteś nieobecny to przyjmuje się, że Konsultacje zostały wykonane w całości.

INDYWIDUALNY JADŁOSPIS

Produkt może również obejmować Usługę indywidualnego przygotowania jadłospisu jako:

- **osobny Produkt**
- **dodatek do pojedynczej Konsultacji**
- **element pakietu Konsultacji.**

Termin dostarczenia indywidualnego jadłospisu wynosi 7 dni (słownie: siedem dni) dni roboczych od dnia, w którym przekażesz mi wszystkie niezbędne informacje do jego przygotowania, chyba że inaczej wskażę w Ofercie.

Jadłospis dostarczę Ci przez e-mail, Aplikację lub Konto, w zależności od specyfiki wybranego Produktu. Szczegółowy sposób dostawy znajdziesz w Ofercie.

Możesz zgłosić uwagi do jadłospisu w terminie 3 dni od jego otrzymania. Uwagi prześlij mi mailowo na dane kontaktowe wskazane w Regulaminie. Po tym terminie uznaję, że Usługa została wykonana w całości.

APLIKACJA

Żeby korzystać z niektórych Produktów musisz pobrać Aplikację. Dotyczy to na przykład sytuacji, gdy w Aplikacji udostępniam Ci indywidualne plany żywieniowe, zalecenia, czy usługę chatu.

Każdorazowo w Ofercie znajdziesz informację czy korzystanie z Produktu wymaga pobrania Aplikacji i aktywacji Konta w Aplikacji.

Dostęp do Aplikacji może być też świadczony jako osobny Produkt, w tym w modelu subskrypcyjnym.

Funkcjonalności Aplikacji dostępne w ramach wybranego Produktu są każdorazowo wskazane w Ofercie.

Nie jestem dostawcą Aplikacji - jestem jej użytkownikiem. Mimo to, Umowę zawierasz ze mną. W ramach mojego dostępu do Aplikacji udostępniam Ci mobilną wersję Aplikacji.

Pamiętaj, że właścicielem Aplikacji jest zewnętrzny dostawca i korzystanie z Aplikacji odbywa się na zasadach określonych w regulaminie Aplikacji.

W ciągu 24 godzin od zawarcia Umowy, na Twój adres e-mail wyślę wiadomość z instrukcją aktywowania Konta w Aplikacji. Żeby to zrobić:

- **kliknij w przycisk aktywujący Konto**
- **ustaw indywidualne hasło**
- **pobierz Aplikację na smartfon ze sklepu Google Play lub App Store**
- **zaloguj się (login: Twój e-mail, hasło: nadane przez Ciebie indywidualne hasło).**

Pamiętaj, że zabronione jest udostępnianie danych do logowania i korzystanie z dostępu do Aplikacji innych osób.

Jeśli nie korzystasz z Aplikacji pomimo, że masz taką możliwość, nie uprawnia Cię to do zwrotu ceny.

SKŁADANIE ZAMÓWIENIA PRZEZ SKLEP

Możesz dokonać zakupu Produktów i Towarów w Sklepie poprzez złożenie Zamówienia.

Szczegółowy opis każdego Produktu i Towaru znajdziesz zawsze w jego karcie na stronie Sklepu.

Żeby złożyć Zamówienie:

1. **Wejdź na stronę Sklepu.**
2. **Wybierz interesujące Cię Produkty.**
3. **Kliknij przycisk „Dodaj do koszyka” (lub inny o podobnym znaczeniu).**

Po dodaniu Produktu:

- **zostaniesz przniesiony na stronę koszyka**
- **zobaczysz tam listę wybranych Produktów lub Towarów, ich cenę, ilość oraz łączny koszt Zamówienia.**

Na tym etapie możesz:

- **dowolnie dodawać nowe Produkty lub Towary**
- **usuwać wcześniej wybrane Produkty lub Towary z Koszyka.**

Aby zrealizować Zamówienie, musisz podać swoje dane. Są one niezbędne, m.in. do przygotowania wysyłki, kontaktu w sprawie Zamówienia, czy wystawienia dokumentów (np. faktury).

Jakie dane należy podać?

- **dla każdej osoby składającej Zamówienie: imię i nazwisko, adres zamieszkania (ulica, miejscowość, kod pocztowy, miasto), adres e-mail, numer telefonu**
- **jeśli jesteś Przedsiębiorcą lub Przedsiębiorcą na prawach konsumenta dodatkowo: nazwa firmy (opcjonalnie), numer NIP (opcjonalnie).**

Jeżeli do złożenia Zamówienia niezbędne jest utworzenie Konta - postępuj zgodnie z zasadami opisanymi w rozdziale KONTO.

Po uzupełnieniu i zatwierdzeniu danych osobowych przechodzisz do wyboru formy płatności za swoje Zamówienie.

Zanim złożysz Zamówienie, musisz spełnić kilka ważnych warunków. To krok niezbędny, aby Twoje Zamówienie mogło zostać przyjęte i zrealizowane. Przed złożeniem Zamówienia musisz zapoznać się z:

- **Regulaminem**
- **Polityką prywatności i plików cookies**
- **Regulaminem operatora płatności**

oraz zaakceptować te dokumenty poprzez zaznaczenie odpowiedniego pola w formularzu Zamówienia.

Dodatkowo, w zależności od wybranych Produktów lub Towarów, poproszę Cię o zaakceptowanie odpowiednich checkboxów, które wyświetlają się przed złożeniem Zamówienia.

Następnie, musisz wyrazić zgodę na realizację Zamówienia poprzez naciśnięcie przycisku „Kupuję i płacę" lub innego o podobnym brzmieniu. Naciśnięcie tego przycisku oznacza, że złożyłeś Zamówienie z obowiązkiem zapłaty.

Po kliknięciu w przycisk „Kupuję i płacę", zostaniesz przekierowany na stronę operatora płatności celem dokonania opłaty za Zamówienie. Po skutecznym opłaceniu Zamówienia zostaniesz przeniesiony na stronę Sklepu.

Następnie, na podany przez Ciebie podczas składania Zamówienia adres e-mail, prześlę Ci potwierdzenie otrzymania Zamówienia oraz jego przyjęcie do realizacji. Nasza Umowa zostaje zawarta w momencie, w którym otrzymasz ode mnie powyższego e-maila.

SKŁADANIE ZAMÓWIENIA PRZEZ WIADOMOŚĆ E-MAIL

Możesz dokonać zakupu Produktów lub Towarów przez wiadomość e-mail.

W odpowiedzi na Twoją wiadomość prześlę Ci szczegółowe informacje dotyczące złożenia i realizacji Zamówienia.

Po złożeniu Zamówienia wyślę Ci maila z potwierdzeniem otrzymania Zamówienia i przyjęciem go do realizacji. Nasza Umowa zostaje zawarta w momencie, w którym otrzymasz ode mnie powyższego e-maila.

Jeżeli nie będę mógł zrealizować Zamówienia na wybrane przez Ciebie Produkty, poinformuję Cię o tym na podany adres e-mail i wskażę, które z zamawianych Produktów są dostępne. Wówczas będziesz mógł/mogła dokonać wyboru, czy chcesz kontynuować Zamówienie oraz w jakim zakresie.

SPOSOBY I TERMIN PŁATNOŚCI

Dostępne sposoby oraz terminy płatności dla danego Zamówienia mogą zależeć od wybranych Produktów i Towarów lub sposobu dostawy. Aktualna lista dostępnych opcji znajduje się w Serwisie oraz jest widoczna podczas składania Zamówienia.

Każde Zamówienie potwierdzam fakturą lub paragonem w wersji elektronicznej, wysyłanym na adres e-mail podany przy składaniu Zamówienia. Składając Zamówienie, wyrażasz zgodę na otrzymanie dokumentu w tej formie.

CENY, PROMOCJE I INFORMACJE O PRODUKTACH

Wszystkie ceny Produktów i Towarów podane w Serwisie wyrażone są w polskich złotych (PLN), są cenami brutto (zawierają wszystkie podatki) i dotyczą jednej sztuki Produktu lub Towaru.

Ceną wiążącą i ostateczną jest cena obowiązująca w chwili złożenia Zamówienia - znajdziesz ją w podsumowaniu Zamówienia. Całkowita wartość Zamówienia, obejmująca łączną cenę zamówionych Produktów lub Towarów, jest widoczna przed potwierdzeniem Zamówienia.

Cena, cechy i istotne właściwości Produktu lub Towaru są dostępne w Ofercie.

Zastrzegam sobie prawo do zmiany cen, zasad promocji oraz do wycofania, modyfikowania lub wprowadzania nowych Produktów lub Towarów. Wszystkie zmiany wprowadzam zgodnie z prawem i z poszanowaniem Twoich praw. Nie mają one wpływu na Zamówienia złożone wcześniej - obowiązują wtedy wcześniejsze ceny i warunki.

Za każdym razem, gdy obniżam cenę Produktu lub Towaru, masz prawo wiedzieć, czy to prawdziwa okazja. Obok każdej obniżonej ceny znajdziesz także informację jaka była najniższa cena z ostatnich 30 dni przed obniżką. Dzięki temu możesz łatwo porównać, czy promocja jest rzeczywista.

Jeśli Produkt lub Towar pojawił się w sprzedaży mniej niż 30 dni temu, a jego cena została obniżona - nadal masz prawo wiedzieć, ile kosztował wcześniej. Obok obniżonej ceny zobaczysz najniższą cenę od dnia rozpoczęcia oferowania Produktu lub Towaru. Dzięki temu nawet przy nowościach wiesz, czy promocja jest korzystna.

Niektóre Produkty lub Towary mogą być oferowane w przedsprzedaży. Informacja o planowanym terminie dostawy będzie zawsze podana w opisie takiego Produktu lub Towaru.

DOSTAWA

Produkty cyfrowe

Jeżeli w Ofercie nie wskażę inaczej, to:

- **dostęp do zamówionych Treści cyfrowych i Usług cyfrowych otrzymasz niezwłocznie, jednak nie później niż w terminie 24 godzin (słownie: dwudziestu czterech godzin) godzin od dnia zawarcia Umowy,**

- **na Twój adres e-mail wyślę aktywny link umożliwiający dostęp do Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej albo instrukcję dostępu (np. z poziomu Konta, przez Aplikację), w zależności od rodzaju zamówionego Produktu. Za pomocą linku możesz dokonać maksymalnie 1 pobrań.**

Poniższe zapisy tego podrozdziału (Produkty cyfrowe) dotyczą Konsumentów i Przedsiębiorcy na prawach konsumenta.

Jeżeli nie dostarczę Ci Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej, możesz wezwać mnie do ich dostarczenia. Jeżeli nadal ich nie dostarczyłem(-am), możesz odstąpić od Umowy.

Możesz od razu odstąpić od Umowy (bez wcześniejszego wezwania), jeżeli:

- **z mojego oświadczenia lub okoliczności wyraźnie wynika, że nie dostarczę Ci Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej**

- **umówiliśmy się na konkretny termin dostawy lub z okoliczności zawarcia Umowy wynika, że określony termin dostawy był dla Ciebie ważny, a ja go nie dotrzymałem/-am.**

Jeśli odstąpisz od Umowy, niezwłocznie zwrócę Ci całą zapłaconą kwotę, najpóźniej w ciągu 14 dni od dnia, w którym otrzymałem/-am Twoje oświadczenie o odstąpieniu.

Czasem realizacja Zamówienia może się opóźnić z przyczyn niezależnych ode mnie.
Jeśli tak się stanie, natychmiast Cię o tym poinformuję i podam nowy, przybliżony termin realizacji.
Jeśli nie zaakceptujesz nowego terminu, możesz odstąpić od Umowy bez żadnych kosztów.

Jeśli opóźnienie w realizacji Zamówienia wynika z przyczyn, na które nie mam wpływu, nie ponoszę za to odpowiedzialności w najszerszym zakresie dopuszczalnym przez prawo. Zawsze jednak działam w dobrej wierze i staram się jak najszybciej znaleźć rozwiązanie.

Jeżeli odstąpisz od Umowy, to utracisz dostęp do Treści lub Usługi cyfrowej (np. przez blokadę Konta). Nie wpływa to jednak na Twoje prawa wynikające z ustawy o Prawach

ODSTĄPIENIE OD UMOWY

Ten rozdział ma zastosowanie do Klientów o statusie Konsumenta lub Przedsiębiorcy na prawach konsumenta.

W przypadku odstąpienia od Umowy zawartej na odległość Umowa jest uważana za niezawartą.

Kiedy i jak możesz odstąpić od Umowy?

Masz prawo odstąpić od Umowy w ciągu 14 dni, bez konieczności podawania przyczyny, chyba że zachodzi wyjątek wskazany poniżej.

Termin na odstąpienie od Umowy zaczyna biec w przypadku:

- **Produktów innych niż Towary fizyczne: od dnia zawarcia Umowy**
- **Towarów fizycznych: od dnia dostawy. Jeśli Umowa obejmuje więcej niż jeden Towar, termin liczy się od dnia dostarczenia ostatniego z zamówionych Towarów. Jeżeli Towar dostarczany jest regularnie przez czas oznaczony - od objęcia w posiadanie pierwszego z Towarów.**

Wystarczy, że wyślesz oświadczenie o odstąpieniu od Umowy przed upływem terminu. Możesz skorzystać z formularza dostępnego w załączniku do Regulaminu pod nazwą FORMULARZ ODSTĄPIENIA OD UMOWY, jednak nie jest to obowiązkowe. Oświadczenie możesz złożyć mailowo lub pisemnie, na moje dane kontaktowe.

Kiedy prawo odstąpienia od Umowy Ci nie przysługuje?

Prawo odstąpienia od Umowy nie przysługuje w odniesieniu do:

- **Umów o dostarczenie Treści cyfrowych, które nie są dostarczane na nośniku materialnym (np. e-booki), jeśli uzyskałeś do nich dostęp za Twoją wyraźną zgodą przed upływem terminu do odstąpienia od Umowy i po poinformowaniu przeze mnie o utracie prawa do odstąpienia od Umowy**
- **Umów o świadczenie usług (np. Konsultacje), jeśli Usługa została w pełni wykonana za Twoją wyraźną zgodą i zostałeś poinformowany przed rozpoczęciem świadczenia, że po jego spełnieniu utracisz prawo odstąpienia**

- **Umów, w których przedmiotem świadczenia jest towar nieprefabrykowany, wyprodukowany według Twojej specyfikacji lub służący zaspokojeniu Twoich zindywidualizowanych potrzeb**

- **Umów, w których przedmiotem świadczenia jest towar ulegający szybkiemu zepsuciu lub mający krótki termin przydatności do użycia**

- **Umów, w których przedmiotem świadczenia jest towar dostarczany w zapieczętowanym opakowaniu, którego po otwarciu opakowania nie można zwrócić ze względu na ochronę zdrowia lub ze względów higienicznych, jeżeli opakowanie zostało otwarte po dostarczeniu**

- **Umów, w których przedmiotem świadczenia są nagrania dźwiękowe lub wizualne albo programy komputerowe dostarczane w zapieczętowanym opakowaniu, jeżeli opakowanie zostało otwarte po dostarczeniu**

- **Umów o dostarczanie dzienników, periodyków lub czasopism, z wyjątkiem Umowy o prenumeratę.**

Pamiętaj, że w przypadku Usługi, której wykonywanie rozpoczęło się na Twoje wyraźne żądanie przed upływem terminu do odstąpienia od Umowy i mimo to korzystasz z prawa odstąpienia od Umowy, masz obowiązek zapłaty za świadczenie spełnione do chwili odstąpienia od Umowy. Opłatę obliczę proporcjonalnie do zakresu spełnionego świadczenia, z uwzględnieniem uzgodnionej w Umowie ceny. Jeżeli cena jest nadmierna, podstawą obliczenia tej opłaty będzie wartość rynkowa spełnionego świadczenia.

Zwrot płatności

Jeżeli Twoje odstąpienie od Umowy będzie prawnie skuteczne, niezwłocznie zwrócę Ci płatności z uwzględnieniem poniższych zasad, nie później jednak niż w terminie 14 (czternastu) dni od dnia otrzymania Twojego odstąpienia od Umowy.

Zwrot nastąpi przy użyciu takiego samego sposobu, z jakiego skorzystałeś/-aś dokonując płatności, chyba że wyraźnie zgodziłeś/-aś się na inny sposób zwrotu, który nie wiąże się dla Ciebie z żadnymi kosztami.

ODPOWIEDZIALNOŚĆ ZA ZGODNOŚĆ ŚWIADCZENIA Z UMOWĄ

Nie ponoszę odpowiedzialności z tytułu rękojmi za niezgodność Produktu z Umową oraz nie odpowiadam z tytułu utraconych korzyści względem Przedsiębiorcy, który nie jest Przedsiębiorcą na prawach konsumenta

Poniższe zapisy tego rozdziału Regulaminu dotyczą tylko Konsumentów oraz Przedsiębiorców na prawach konsumenta.

Treści cyfrowe i Usługi cyfrowe

Mam obowiązek dostarczyć Ci Treści cyfrowe i Usługi cyfrowe zgodne z Umową. Są one zgodne z Umową, jeżeli zgodne z Umową pozostają w szczególności ich:

- **opis, rodzaj, ilość, jakość, kompletność i funkcjonalność, kompatybilność, interoperacyjność**

oraz dostępność wsparcia technicznego i aktualizacji

- **przydatność do szczególnego celu, do którego jest Ci potrzebna, o którym to celu powiadomiłeś mnie najpóźniej w chwili zawarcia Umowy i który zaakceptowałam.**

Ponadto, Treść cyfrowa i Usługa cyfrowa są także zgodne z Umową, jeśli:

- **nadają się do celów, w których zazwyczaj korzysta się z Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej tego rodzaju, z uwzględnieniem obowiązujących przepisów prawa, norm technicznych lub dobrych praktyk**

- **występują w takiej ilości i mają takie cechy, w tym funkcjonalność, kompatybilność, dostępność, ciągłość i bezpieczeństwo, jakie są typowe dla Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej tego rodzaju i których możesz rozsądnie oczekiwać, biorąc pod uwagę charakter Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej oraz publiczne zapewnienia złożone przeze mnie, moich poprzedników prawnych lub osoby działające w moim imieniu, w szczególności w reklamie lub na etykiecie, chyba że wykażę, że:**

- **nie wiedziałam/-em o danym publicznym zapewnieniu i oceniając rozsądnie, nie mogłem/-am o nim wiedzieć**

- **przed zawarciem umowy publiczne zapewnienie zostało sprostowane z zachowaniem warunków i formy, w jakich publiczne zapewnienie zostało złożone, lub w porównywalny sposób**

- **publiczne zapewnienie nie miało wpływu na Twoją decyzję o zawarciu Umowy.**

- **zostaje dostarczona z akcesoriami i instrukcjami, których dostarczenia możesz rozsądnie oczekiwać**

- **jest zgodna z wersją próbną lub zapowiedzią, które zostały Ci udostępnione przeze mnie przed zawarciem Umowy.**

Nie ponoszę odpowiedzialności za brak zgodności Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej z Umową, jeżeli najpóźniej w chwili zawarcia Umowy, zostałeś/-łaś wyraźnie poinformowany/-na, że konkretna cecha Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej odbiega od wymogów zgodności z Umową oraz wyraźnie i odrębnie zaakceptowałeś/-łaś brak konkretnej cechy Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej.

Jeżeli stwierdzisz, że Treść cyfrowa lub Usługa cyfrowa jest niezgodna z Umową w ramach reklamacji możesz ode mnie żądać doprowadzenia Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej do zgodności z Umową, obniżenia ceny albo odstąpić od Umowy na zasadach określonych w rozdziale 5b Ustawy o prawach konsumenta.

O tym jak złożyć reklamację przeczytasz w rozdziale PROCEDURA ROZPATRYWANIA REKLAMACJI.

O tym jak złożyć reklamację przeczytasz w rozdziale PROCEDURA ROZPATRYWANIA REKLAMACJI.

PROCEDURA ROZPATRYWANIA REKLAMACJI
Reklamację możesz złożyć:

- **mailowo na adres: kontakt@sylwiawilkdietetyk.pl**
- **listownie: 66-400 Gorzów Wielkopolski, ul. Słoneczna 41b/9**

Możesz skorzystać z formularza dostępnego w załączniku do Regulaminu pod nazwą FORMULARZ REKLAMACYJNY, jednak nie jest to obowiązkowe

Twoja reklamacja powinna zawierać co najmniej:

- **dane umożliwiające Twoją identyfikację (np. imię, nazwisko, adres e-mail)**
- **wskazanie jakie okoliczności są podstawą do reklamacji**
- **wskazanie jakie są Twoje oczekiwania co do sposobu załatwienia sprawy.**

Podanie tych informacji nie jest obowiązkowe, ale znacznie ułatwi i przyśpieszy mi proces rozpoznania reklamacji. Jeżeli zgłoszenie nie zawiera tych danych lub dla rozpatrzenia reklamacji potrzebne mi będą dodatkowe dane, zwrócę się do Ciebie o ich uzupełnienie.

Odpowiedzi na reklamację udzielę Ci nie później niż w terminie 14 dni od dnia jej złożenia na adres e-mail, który wskazałeś podczas składania reklamacji, chyba że wskażesz inną formę kontaktu.

AKTUALIZACJE I ZMIANY

Aktualizacje

Będę Cię informować o dostępnych aktualizacjach, w tym tych dotyczących bezpieczeństwa - tak, aby Usługa cyfrowa i Treść cyfrowa pozostały zgodne z Umową.

Masz obowiązek regularnie instalować aktualizacje, np. Aplikacji. Jeśli tego nie zrobisz, nie gwarantuję prawidłowego działania Aplikacji ani jej pełnej funkcjonalności.

Aktualizuj swoje urządzenia, z których korzystasz, aby mieć dostęp do Usługi cyfrowej i Treści cyfrowych.

Pamiętaj, że nie ponoszę odpowiedzialności za brak zgodności Usługi cyfrowej lub Treści cyfrowej z Umową, jeżeli:

- **poinformowałem Cię o dostępnej aktualizacji i skutkach jej braku**
- **problemy nie wynikają z błędów w dostarczonej instrukcji instalacji.**

Zmiany

Mogę dokonać zmiany Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej, która nie jest niezbędna do zachowania jej zgodności z Umową i istnieje ku temu uzasadniona przyczyna. Takie przyczyny to:

- **zmiany technologiczne dotyczące działania Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej**
- **konieczność dostosowania do zmian w przepisach prawa lub nowych wytycznych**
- **poprawki stylistyczne, które nie zmieniają treści merytorycznej**
- **zmiany w zakresie prowadzonej działalności - np. dodanie nowych produktów lub wycofanie istniejących**
- **dostosowanie Treści cyfrowej lub usługi cyfrowej do nowych urządzeń lub systemów, z których korzystasz**
- **wprowadzenie nowych funkcji lub zmiana już dostępnych.**

Nie ponosisz żadnych kosztów z tytułu wprowadzanych przeze mnie zmian.

Nie mogę zmienić Treści cyfrowej ani Usługi cyfrowej, które zostały Ci dostarczone jednorazowo.

Zawsze informuję Cię w sposób jasny i zrozumiały o każdej wprowadzanej przeze mnie zmianie. Najczęściej robię to poprzez wiadomość e-mail, wysłaną na adres, który mi podałeś.

Jeżeli wprowadzę zmianę, która istotnie i negatywnie wpłynie na Twój dostęp do Treści cyfrowej lub Usługi cyfrowej albo na sposób korzystania z niej, poinformuję Cię wcześniej mailowo o rodzaju planowanej zmiany i dacie jej wejścia w życie.

Masz wtedy prawo do natychmiastowego rozwiązania umowy, bez okresu wypowiedzenia. Z tego uprawnienia możesz skorzystać w ciągu 30 dni od:

- **daty wprowadzenia zmiany**
- **albo daty, w której Cię o niej poinformowaliśmy (jeśli informacja dotarła później niż sama zmiana).**

Mogę zapewnić Ci dostęp do Treści cyfrowych lub Usług cyfrowych zgodnych z Umową w stanie niezmienionym i bez dodatkowych kosztów. Jeśli tak się dzieje - nie muszę Cię informować o zmianie.

LICENCJA

Produkty i inne materiały, które Ci udostępniam (np. teksty, zdjęcia, logo, nazwy firm, znaki towarowe, grafiki) stanowią moją własność intelektualną lub własność intelektualną osób trzecich. Mogą być utworem w rozumieniu ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych, a tym samym podlegać ochronie prawnoautorskiej.

Z chwilą zawarcia miedzy nami Umowy, udzielam Ci licencji niewyłącznej i nieprzenoszalnej, bez prawa do udzielania sublicencji na korzystanie z moich Produktów i materiałów. Możesz z nich korzystać wyłącznie na własny użytek.

Licencja obejmuje następujące pola eksploatacji:

- **zapis w pamięci komputera lub innego urządzenia**
- **wyświetlanie, odtwarzanie lub przechowywanie w formie cyfrowej**
- **zwielokrotnienie w całości lub części, techniką cyfrową - w zakresie, w którym dla wyświetlania, odtwarzania lub przechowywania niezbędne jest jego zwielokrotnienie, w tym wydruk.**

Licencja nie pozwala Ci na:

- **kopiowanie Produktu i materiałów, poza tym, co jest technicznie konieczne do korzystania z nich**
- **tworzenie nowych produktów na ich podstawie**
- **przekazywanie ich innym osobom - w żadnej formie, ani w całości, ani w części - w tym przez licencjonowanie, wynajem, użyczanie czy udostępnianie.**

Licencja jest bezterminowa, chyba że inaczej wskażę w Ofercie. Nie ponosisz za nią dodatkowej opłaty, ponieważ uwzględniłem/-am ją w cenie Produktu.

PRZECIWDZIAŁANIE NIELEGALNYM TREŚCIOM

Jestem dostawcą Usług hostingu w rozumieniu Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2022/2065 z dnia 19 października 2022 r. w sprawie jednolitego rynku usług cyfrowych oraz zmiany dyrektywy 2000/31/WE – Akt o usługach cyfrowych (DSA).

Usługa hostingu

Udostępniam przestrzeń online, gdzie możesz aktywnie publikować i reagować - np. w Mediach społecznościowych.

Możesz tam dodawać własne treści (np. komentarze, opinie) i wchodzić w interakcje z innymi (polubienia, odpowiedzi, reakcje). Wszystko odbywa się w ramach funkcji danego portalu społecznościowego.

Dbam o to, by moje kanały były bezpieczne i przyjazne. Dla ochrony użytkowników stosuję odpowiednie środki techniczne i organizacyjne. Regularnie monitoruję treści i – w miarę możliwości technicznych – usuwam nielegalne treści.

Punkt kontaktowy

Wyznaczam adres e-mail: kontakt@sylwiawilkdietetyk.pl jako oficjalny punkt kontaktu, który służy do:

- **komunikacji z instytucjami publicznymi, takimi jak organy państw członkowskich, Komisja Europejska, Rada Usług Cyfrowych**
- **bezpośredniego kontaktu z Tobą.**

Zasady korzystania z Serwisu i innych kanałów - co wolno, a czego nie wolno

Kiedy korzystasz z mojego Serwisu i kanałów, zobowiązujesz się do:

- **przestrzegania tego Regulaminu**
- **działania zgodnie z przepisami prawa, dobrymi obyczajami i szacunkiem dla innych**
- **korzystania z Serwisu w sposób, który nie zakłóca jego działania ani nie szkodzi innym.**

Nie możesz zamieszczać nielegalnych treści ani treści, które naruszają zasady współżycia społecznego. Zakazane są treści, które, np.:

- **zawierają wulgaryzmy, hejt lub spam**
- **znieważają lub zniesławiają inne osoby lub grupy społeczne, zwłaszcza ze względu na płeć, orientację seksualną, narodowość, pochodzenie etniczne, rasę, religię lub światopogląd**
- **obrażają uczucia religijne lub dobre obyczaje**
- **promują działalność konkurencyjną wobec mojej**
- **naruszają prawa autorskie i inne prawa własności intelektualnej**
- **naruszają dobra osobiste innych osób (np. wizerunek, prywatność)**
- **są sprzeczne z zasadami uczciwej konkurencji**
- **nawołują do przemocy lub promują niebezpieczne zachowania**
- **zawierają treści dyskryminujące, szowinistyczne lub mizoginistyczne**
- **służą działaniom niezgodnym z prawem**

- **reklamują inne sklepy, serwisy czy profile w mediach społecznościowych - bez mojej zgody.**

Moderacja treści

Jeśli publikujesz treści (np. komentarze, opinie) na moich kanałach w Mediach społecznościowych, pamiętaj, że mogę je moderować.

Oznacza to, że mam prawo sprawdzać i usuwać treści, które są sprzeczne z prawem, naruszają zasady współżycia społecznego lub godzą w dobra innych użytkowników. Zawsze działam rzetelnie, obiektywnie i z poszanowaniem Twoich praw.

Nie używam automatycznych narzędzi - każdą decyzję podejmuje człowiek.
Jeśli usunę lub zablokuję Twoją treść, poinformuję Cię o tym (jeśli posiadam Twój kontakt).

Jeśli Twoja treść zostanie usunięta lub ograniczona, otrzymasz ode mnie wiadomość, w której wyjaśnię powód decyzji, wskażę jej podstawę (np. naruszenie prawa lub regulaminu) i opiszę zastosowaną sankcję (np. usunięcie komentarza, blokada konta).

Zanim podejmę takie działania, mogę najpierw poprosić Cię o samodzielną reakcję. Dostaniesz wtedy wiadomość z informacją co budzi wątpliwości, dlaczego treść może być nielegalna, co możesz zrobić (np. usunąć, poprawić lub uzupełnić wpis). Masz wtedy szansę zareagować samodzielnie, zanim podejmę kolejne kroki.

Zgłaszanie nielegalnych treści

Każdy może zgłosić treść, która jest nielegalna lub narusza zasady Regulaminu.

Zgłoszenie możesz wysłać na mój adres e-mail. W wiadomości podaj:

- **link do zgłaszanej treści (np. postu, komentarza)**
- **powód zgłoszenia - dlaczego uważasz, że treść łamie prawo lub zasady (np. hejt, przemoc, spam)**
- **Twoje dane kontaktowe - imię i nazwisko (lub nazwę) oraz adres e-mail.**

Wyjątek! Jeśli zgłaszasz Treści powiązane z przestępstwami określonymi w art. 3-7 dyrektywy 2011/93/UE (przestępstwa związane z niegodziwym traktowaniem w celach seksualnych, przestępstwa związane z wykorzystywaniem seksualnym, przestępstwa związane z pornografią dziecięcą, nagabywanie dzieci do celów seksualnych, podżeganie, pomocnictwo i usiłowanie) - nie musisz podawać swoich danych osobowych.

Na końcu zgłoszenia dodaj oświadczenie:

„Zgłoszenie zostało złożone w dobrej wierze i według mojej najlepszej wiedzy zawiera prawidłowe i kompletne informacje oraz zarzuty”.

Jeśli dokonasz zgłoszenia:

- **potwierdzę odbiór zgłoszenia w ciągu 3 dni roboczych (jeśli podałeś/-aś e-mail),**

- **rozpatrzę zgłoszenie do 14 dni i poinformuję Cię o decyzji**
- **otrzymasz też informację, jak się odwołać, jeśli się z tą decyzją nie zgadzasz.**

Przy rozpatrzeniu zgłoszenia nie używam automatycznych narzędzi - każdą sprawę analizuję indywidualnie.

Jeśli uważasz, że moja decyzja była niesłuszna, masz 14 dni na złożenie odwołania - licząc od dnia, w którym ją otrzymałeś/-aś. Wystarczy, że wyślesz wiadomość na mój e-mail i napiszesz dlaczego się nie zgadzasz oraz krótkie, konkretne uzasadnienie swojego stanowiska.

Rozpatrzę Twoje odwołanie w ciągu 14 dni i przekażę Ci decyzję końcową. To decyzja ostateczna - nie przysługuje Ci kolejne odwołanie.

Jeśli opublikujesz nielegalne treści lub niezgodne z Regulaminem, mogę podjąć odpowiednie działania, takie jak:

- **ograniczenie widoczności twojej treści (np. pokazanie jej niżej)**
- **usunięcie treści z Serwisu lub moich kanałów**
- **zablokowanie dostępu do treści (dla Ciebie lub innych)**
- **zawieszenie lub zakończenie świadczenia usługi - w całości lub części, jeśli naruszenie jest poważne lub się powtarza.**

Działam zawsze proporcjonalnie - biorąc pod uwagę charakter naruszenia i Twoje prawa.

Jeśli istnieje podejrzenie popełnienia przestępstwa zagrażającego życiu lub bezpieczeństwu - działam natychmiast. Informuję odpowiednie organy i przekazuję dostępne informacje.

Nie odpowiadam za treści nielegalne zamieszczone przez Ciebie lub innych użytkowników - również w Mediach społecznościowych.

Reaguję na zgłoszenia, monitoruję treści i podejmuję proporcjonalne działania. Jednak jeśli to Ty dodałeś/-aś Treść, która narusza zasady - ponosisz za nią pełną odpowiedzialność.

POZASĄDOWE METODY ROZWIĄZYWANIA SPORÓW

Jeśli jesteś Konsumentem lub Przedsiębiorcą na prawach konsumenta, masz prawo skorzystać z pozasądowych sposobów rozpatrywania reklamacji i dochodzenia roszczeń.

Poniższe zapisy mają charakter informacyjny - nie oznacza to, że zobowiązuję się do skorzystania z nich.

Szczegółowe informacje o pozasądowych sposobach rozpatrywania reklamacji i dochodzenia roszczeń, a także zasady korzystania z tych procedur, znajdziesz w siedzibach oraz na stronach internetowych:

- **powiatowych (miejskich) rzeczników konsumentów**

- **organizacji społecznych, do których zadań statutowych należy ochrona praw konsumentów**
- **Wojewódzkich Inspektoratów Inspekcji Handlowej**
- **Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów**

Platforma ODR dostępna tutaj nie przyjmuje nowych skarg od 20.03.2025 roku i zostanie zlikwidowana z dniem 20.07.2025 r.

ZASADY PRZETWARZANIA DANYCH OSOBOWYCH

Zasady przetwarzania danych, w tym informacje o przysługujących Ci prawach, znajdziesz w Polityce prywatności.

ZMIANA REGULAMINU

Mam prawo zmienić Regulamin, ale tylko wtedy, gdy naprawdę jest to potrzebne i zgodne z obowiązującym prawem. Taka sytuacja zachodzi, np. gdy:

- **zmienia się prawo - na przykład pojawiają się nowe przepisy wpływające na nasze wzajemne prawa i obowiązki, nowe interpretacje przepisów w wyrokach sądów, decyzjach urzędów czy zaleceniach organów nadzorczych**
- **Regulamin wymaga doprecyzowania lub uzupełnienia, żeby był bardziej zrozumiały i transparentny**
- **zmieniam sposób świadczenia usług z powodów technicznych (np. aktualizacja wymagań systemowych, zmiana technologii)**
- **zmienia się zakres moich Usług lub ich forma (np. wprowadzam coś nowego, modyfikuję lub wycofuję ze sprzedaży)**
- **zmienia się mój profil działalności (np. rozszerzam działalność, zmieniam kierunek usług itp.)**

Jeśli zdecyduję się zmienić Regulamin, poinformuję Cię o treści proponowanych zmian, dacie wejścia w życie tych zmian i jednolitej treści Regulaminu na stronie Serwisu.

Do Umów zawartych przed zmianą Regulaminu stosuję wersję Regulaminu obowiązującą w dacie złożenia przez Ciebie Zamówienia.

Jeśli świadczę wobec Ciebie Usługi (np. Konto, pakiet Konsultacji, subskrypcja) i wprowadzę zmiany do Regulaminu to:

- **poinformuję Cię o tym**
- **będziesz mieć 7 dni od otrzymania zawiadomienia na wypowiedzenie Umowy**

- **jeśli nie wypowiesz Umowy w tym czasie, zmiany będą Cię obowiązywać.**

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

Umowę zawieramy w języku polskim i na podstawie prawa polskiego. Wybór prawa polskiego nie ogranicza praw Konsumenta ani Przedsiębiorcy na prawach Konsumenta wynikających z przepisów prawa obcego, których nie można wyłączyć umową i które miałyby zastosowanie, gdyby nie wybrano prawa polskiego.

W przypadku Przedsiębiorcy, który nie jest Przedsiębiorcą na prawach konsumenta, wszelkie spory będą rozstrzygane przez sąd właściwy miejscowo dla mojej siedziby.

Regulamin nie ogranicza Twoich praw jako Konsumenta lub Przedsiębiorcy na prawach konsumenta. W razie wątpliwości działam na Twoją korzyść, a w przypadku niezgodności z przepisami - stosuję obowiązujące prawo.

Regulamin obowiązuje od 26.01.2026