

PRIVACY STATEMENT + COOKIE VERKLARING LESSTRESS

Inleiding

Lesstress neemt jouw privacy zeer serieus en zal informatie over jou (de betrokkene) op een veilige manier verwerken en gebruiken. In dit Privacy Statement + Cookie Verklaring leggen wij uit welke gegevens wij verwerken en met welk doel we dat doen. Daarnaast kun je in dit Privacy Statement + Cookie Verklaring lezen over jouw rechten met betrekking tot onze verwerking van jouw persoonsgegevens. We raden je aan deze verklaring aandachtig door te nemen. Voor vragen kun je altijd context opnemen via info@lesstress.biz.

Wie is Lesstress

Lesstress is de besloten vennootschap Lesstress, kantoorhoudende te Broek in Waterland (1151 CS) aan de Hellingweg 8 en ingeschreven in het handelsregister van de Kamer van Koophandel onder nummer 71647899. Lesstress is ten aanzien van de verwerking van jouw persoonsgegevens door Lesstress de zogenoemde verwerkingsverantwoordelijke.

Hoe gebruikt Lesstress jouw gegevens?

Hieronder vind je een overzicht van de doeleinden waarvoor Lesstress jouw persoonsgegevens verwerkt. Daarbij is telkens aangegeven welke gegevens Lesstress voor dat specifieke doel gebruikt, wat de juridische grondslag is om die gegevens te mogen verwerken en hoe lang de gegevens door Lesstress worden bewaard. Om het overzichtelijk te houden, hebben we alles gegroepeerd naar type gegevensstroom.

Dienstverlening, klantenbeheer en financiële administratie

Doeleinde:	Dienstverlening
Gegevens:	NAW-gegevens, e-mailadres, gegevens die tijdens de dienst gegenereerd worden, gezondheidsgegevens
Grondslag:	Ondubbelzinnige toestemming
Bewaartermijn:	7 jaar

Website

Doeleinde:	Account aanbieden
Gegevens:	Naam, adres, e-mailadres, gebruikersnaam, wachtwoord
Grondslag:	Ondubbelzinnige toestemming
Bewaartermijn:	6 maanden

Doeleinde:	Plaatsen van berichten of reviews
Gegevens:	User ID, naam, inhoud van het bericht
Grondslag:	Ondubbelzinnige toestemming
Bewaartermijn:	6 maanden
Doeleinde:	chat/mailfunctie
Gegevens:	User ID, naam, inhoud van het bericht

Grondslag: Ondubbelzinnige toestemming
Bewaartermijn: 6 maanden

Doeleinde: volgen deelnemer programma
Gegevens: naam, plaats
Grondslag: ondubbelzinnige toestemming
Bewaartermijn: 6 maanden

Onderzoek & ontwikkeling

Doeleinde: Wetenschappelijk onderzoek
Gegevens: NAW-gegevens, e-mailadres, telefoonnummer, gezondheidsgegevens,
Grondslag: ondubbelzinnige toestemming
Bewaartermijn: 7

Doeleinde: trekken conclusies per klant of gecontracteerd bedrijf
Gegevens: naam, voortgang programma per deelnemer, resultaat per deelnemer,
voortgang programma binnen bedrijf, resultaat per bedrijf
Grondslag: ondubbelzinnige toestemming / overeenkomst tot opdracht
Bewaartermijn: 7

Hoe verkrijgen wij jouw gegevens

Lesstress heeft gegevens van jou in haar bezit omdat jij die gegevens aan ons verstrekt hebt.

Wat zijn jouw rechten?

Onder de Europese Algemene Verordening Gegevensbescherming beschik je over een aantal rechten met betrekking tot jouw gegevens en de verwerking ervan:

Inzage

Je kunt je eigen (persoons)gegevens altijd bekijken en zo nodig wijzigen in je account. Als je de persoonsgegevens wilt zien die bij Lesstress over jou zijn vastgelegd, kun je een verzoek tot inzage doen. Stuur hiervoor een mail naar nhallema@lesstress.biz.

Wijzigen

Als je veranderingen wilt aanbrengen in de persoonsgegevens die je hebt gezien naar aanleiding van een inzageverzoek en die je niet zelf in je account kan veranderen, kun je een verzoek hiertoe doen bij Lesstress. Je kunt verzoeken dat Lesstress je gegevens wijzigt, verbetert, aanvult, verwijdert of afschermt. Stuur hiervoor een mail naar nhallema@lesstress.biz

Beperking van de verwerking

Je hebt daarnaast, onder voorwaarden, het recht om van Lesstress de beperking van de verwerking van je persoonsgegevens te verkrijgen.

Bezwaar maken

Als een bepaalde verwerking op grond van het ‘gerechtvaardigd belang’ van Lesstress of een derde plaatsvindt, heb je het recht om bezwaar te maken tegen die verwerking. Stuur ook hierover dan een mail naar nhallema@lesstress.biz.

Gegevensoverdracht

Je hebt het recht jouw persoonsgegevens van Lesstress te verkrijgen. Lesstress zal deze verstrekken in een gestructureerde en gangbare vorm, die op een eenvoudige wijze in andere gangbare digitale systemen te openen valt. Op deze manier kun je jouw gegevens ook bij een andere aanbieder onderbrengen.

Toestemming intrekken

Telkens wanneer de grondslag voor een bepaalde gegevensverwerking jouw (uitdrukkelijke) toestemming is, heb je het recht die toestemming in te trekken. Dat heeft voor het verleden geen gevolgen, maar betekent wel dat wij die gegevens dan niet meer mogen verwerken. Het kan zijn dat Lesstress je daardoor bepaalde diensten niet meer kan leveren.

Verzoek aan Lesstress

Een verzoek kan verstuurd worden naar nhallema@lesstress.biz. Lesstress zal je verzoek zo snel mogelijk inwilligen en in elke geval niet later dan één (1) maand nadat Lesstress een dergelijk verzoek heeft ontvangen. Indien Lesstress je verzoek afwijst, zullen wij in ons antwoord aangeven waarom het verzoek wordt afgewezen.

Ontvanger van de persoonsgegevens

De gegevens kunnen worden doorgegeven aan:

- Verwerkers

Het kan zijn dat Lesstress verplicht is je gegevens te verstrekken aan een derde partij, bijvoorbeeld op grond van een wettelijke verplichting.

Wat zijn cookies en hoe gebruikt Lesstress deze?

Lesstress bv maakt ook gebruik van cookies. Een cookie is een eenvoudig klein bestandje dat met pagina's van deze website en/of Flash-applicaties wordt meegestuurd en door je browser op je harde schijf van je computer, mobiele telefoon, smartwatch of tablet wordt opgeslagen. De daarin opgeslagen informatie kan bij een volgend bezoek weer naar onze servers teruggestuurd worden.

Het gebruik van cookies is van groot belang voor het goed laten draaien van onze website, maar ook cookies waarvan je niet direct het effect ziet zijn zeer belangrijk. Dankzij de (anonieme) input van bezoekers kunnen we het gebruik van de website verbeteren en deze gebruiksvriendelijker maken.

Toestemming voor het gebruik van cookies

Voor het gebruik van bepaalde cookies is jouw toestemming vereist. Dit doen wij door middel van een zogenaamde cookiebanner.

De gebruikte type cookies en hun doelstellingen

Wij gebruiken de volgende type cookies:

- **Functionele cookies:** hiermee kunnen we de website beter laten functioneren en is het gebruikersvriendelijker voor de bezoeker. Bijvoorbeeld: we slaan je inloggegevens op of wat je in je winkelmandje hebt gestopt.
- **Geanonimiseerde analytische cookies:** deze zorgen ervoor dat iedere keer wanneer je een website bezoekt er een anonieme cookie wordt gegenereerd. Deze cookies weten of je de site al eerder bezocht hebt of niet. Alleen bij het eerste bezoek wordt er een cookie aangemaakt. Bij volgende bezoeken wordt er gebruik gemaakt van de reeds bestaande cookies. Deze cookie dient enkel voor statistische doeleinden. Zo kunnen daarmee de volgende data verzameld worden:
 - het aantal unieke bezoekers
 - hoe vaak gebruikers de site bezoeken
 - welke pagina's gebruikers bekijken
 - hoelang gebruikers een bepaalde pagina bekijken
 - bij welke pagina bezoekers de site verlaten
- **Analytische cookies:** deze zorgen ervoor dat iedere keer wanneer je een website bezoekt er een cookie wordt gegenereerd. Deze cookies weten of je de site al eerder bezocht hebt of niet.

Alleen bij het eerste bezoek wordt er een cookie aangemaakt. Bij volgende bezoeken wordt er gebruik gemaakt van de reeds bestaande cookie(s). Deze cookie dient enkel voor statistische doeleinden. Zo kunnen daarmee de volgende data verzameld worden, zoals:

- welke pagina's je hebt bekeken
- hoe lang je op een bepaalde pagina bent gebleven
- bij welke pagina je de site hebt verlaten
- **Eigen Tracking cookies:** hierdoor kunnen wij te weten komen dat je naast onze website ook op de betreffende andere website(s) uit ons netwerk bent geweest. Het daardoor opgebouwde profiel is niet gekoppeld aan jouw naam, adres, e-mailadres en dergelijke, maar dient alleen om advertenties af te stemmen op jouw profiel, zodat deze zo veel mogelijk relevant voor je zijn. Voor deze cookies vragen wij jouw toestemming. Zonder jouw toestemming worden deze cookies dus niet geplaatst.

- Tracking cookies van anderen: hiermee wordt bijgehouden welke pagina's je bezoekt op internet om je persoonlijke profiel op te kunnen bouwen. Dit profiel wordt niet gekoppeld aan jouw naam, adres, e-mailadres en dergelijke zoals bij ons bekend, maar dient alleen om advertenties af te stemmen op jouw profiel zodat deze zo veel mogelijk relevant voor je zijn. Voor deze cookies vragen wij jouw toestemming. Zonder jouw toestemming worden deze cookies dus niet geplaatst.
- Social media related cookies: hiermee registreren social media zoals Facebook, Instagram en LinkedIn welke artikels en pagina's je deelt via hun sociale media sharing buttons. Ze kunnen ook tracking cookies bevatten die je surfgedrag op het web volgen.

Je rechten met betrekking tot je gegevens

Je hebt het recht op inzage, rectificatie, beperking en verwijdering van persoonsgegevens. Daarnaast heb je recht van bezwaar tegen verwerking van persoonsgegevens en recht op gegevensoverdraagbaarheid. Je kunt deze rechten uitoefenen door ons een mail te sturen via info@lesstress.biz. Om misbruik te voorkomen kunnen wij je daarbij vragen om je adequaat te identificeren. Wanneer het gaat om inzage in persoonsgegevens gekoppeld aan een cookie, vragen we je een kopie van het cookie in kwestie mee te sturen. Je kunt deze terugvinden in de instellingen van je browser.

Cookies blokkeren en verwijderen

Je kunt cookies ten alle tijden eenvoudig zelf blokkeren en verwijderen via je internetbrowser. Ook kun je je internetbrowser zodanig instellen dat je een bericht ontvangt als er een cookie wordt geplaatst. Je kunt ook aangeven dat bepaalde cookies niet geplaatst mogen worden. Bekijk voor deze mogelijkheid de helpfunctie van je browser. Als je de cookies in je browser verwijdert, kan dat gevolgen hebben voor het prettig gebruik van deze website.

Sommige tracking cookies worden geplaatst door derden die onder meer via onze website advertenties aan je vertonen. Deze cookies kan je centraal verwijderen via www.youronlinechoices.eu.

Wees er wel van bewust dat als je geen cookies wilt, wij niet meer kunnen garanderen dat onze Website helemaal goed werkt. Het kan zijn dat enkele functies van de site verloren gaan of zelfs dat je de website helemaal niet meer kunt bezoeken. Daarnaast betekent het weigeren van cookies ook niet dat je helemaal geen advertenties meer te zien krijgt. De advertenties zijn dan alleen niet meer toegesneden op jouw interesses en kun daardoor vaker worden herhaald.

Hoe je je instellingen kunt aanpassen, verschilt per browser. Raadpleeg indien nodig de helpfunctie van jouw browser, of klik op één van de onderstaande iconen om direct naar de handleiding van je browser te gaan.

- Firefox: <https://support.mozilla.org/nl/kb/cookies-verwijderen-gegevens-wissen-websites-opgeslagen>
- Google Chrome: <https://support.google.com/chrome/answer/95647?co=GENIE.Platform=Desktop&hl=nl>
- Internet Explorer: <https://support.microsoft.com/nl-nl/kb/278835>
- Safari: https://support.apple.com/kb/ph21411?locale=nl_NL

Nieuwe ontwikkelingen en onvoorziene cookies

De teksten van onze website kunnen op ieder moment worden aangepast door voortdurende ontwikkelingen. Dit geldt ook voor onze cookieverklaring. Neem deze verklaring daarom regelmatig door om op de hoogte te blijven van eventuele wijzigingen.

In blogartikelen kan gebruik worden gemaakt van content die op andere sites wordt gehost en op Lesstress bv wordt ontsloten door middel van bepaalde codes (embedded content). Denk hierbij aan bijvoorbeeld YouTube video's. Deze codes maken vaak gebruik van cookies. Wij hebben echter geen controle op wat deze derde partijen met hun cookies doen.

Het kan ook voorkomen dat via onze websites cookies worden geplaatst door anderen, waarvan wijzelf niet altijd op de hoogte zijn. Kom je op onze website onvoorziene cookies tegen die je niet kunt terugvinden in ons overzicht? Laat het ons weten via info@lesstress.biz. Je kan ook rechtstreeks contact opnemen met de derde partij en vraag welke cookies ze plaatsten, wat de reden daarvoor is, wat de levensduur van de cookie is en op welke manier ze je privacy gewaarborgd hebben.

Slotopmerkingen

Wij zullen deze verklaringen af en toe aan moeten passen, bijvoorbeeld wanneer we onze website aanpassen of de regels rondom Privacy beleid en cookies wijzigen. Je kunt deze webpagina raadplegen voor de laatste versie.

Mocht je nog vragen en/of opmerkingen hebben neem dan contact op met info@lesstress.biz.

Waar kan je terecht met vragen en klachten?

Mocht je nog **vragen** hebben over dit Privacy Statement + Cookie Verklaring en de wijze waarop Lesstress je gegevens gebruikt, dan kun je een e-mail sturen naar natasja@lesstress.biz. Ook als je een **klacht** hebt over de manier waarop Lesstress jouw gegevens verwerkt, kun je een e-mail sturen naar natasja@lesstress.biz. Daarnaast kan je ook altijd contact opnemen met de bevoegde nationale toezichthouden op het gebied van privacybescherming. In Nederland is dit de Autoriteit Persoonsgegevens.