

Handelsbetingelser for Hafstad Psykolog- og Helsetjenester

Velkommen til Hafstad Psykolog- og Helsetjenester sine tjenester. Vi er glade for at ha deg med på reisen mot et sunnere og sterkere liv. Disse betingelsene gjelder for din bruk av vår hjemmeside, app og coachingtjenestene vi tilbyr via disse plattformene. Vennligst les betingelsene nøye.

Ved å benytte våre tjenester aksepterer du disse betingelsene og vår personvernerklæring. Hvis du ikke kan akseptere disse betingelsene, bør du avstå fra å bruke våre tjenester og slette vår app umiddelbart hvis den allerede er installert.

- 1. Informasjon og betingelser** Vi er Hafstad Psykolog- og Helsetjenester, registrert i Norge med organisasjonsnummer 914107261. Disse betingelsene regulerer din tilgang til og bruk av våre tjenester.
- 2. Kontaktinformasjon** Hvis du trenger å kontakte oss, kan du sende en e-post til stine.hafstad@hotmail.com. Vi vil kommunisere med deg via e-post, SMS, Instagram eller gjennom vår app, basert på de kontaktopplysningene du har oppgitt.
- 3. Bruk av våre tjenester** For å kunne bruke våre tjenester må du:
 - Være minst 18 år eller ha samtykke fra dine foreldre.
 - Kun bruke våre tjenester til dine egne personlige formål.
 - Laste ned vår app og motta oppdateringer som forbedrer funksjonaliteten og retter feil.

Hvis du er under 18 år, må dine foreldre være involvert i ditt coachingforløp og rådgive deg i bruken av våre tjenester. Vi kan ikke akseptere klienter under 18 år uten foreldres samtykke.

- 4. Eget ansvar** Våre tjenester er ikke ment å erstatte medisinsk rådgivning. Før du begynner et trenings- eller kostholdsprogram, bør du konsultere din lege eller en helsepersonell for å sikre at det er passende for deg. Resultatene av våre coachingtjenester kan variere avhengig av individuelle faktorer som genetiske disposisjoner, fysisk form og overholdelse av programmene. Vi kan ikke garantere spesifikke resultater. Hvis du føler deg trøtt, svimmel, kortpustet eller får smerter under treningen, må du umiddelbart stoppe og søke medisinsk hjelp. Både trening og endringer i kostholdet innebærer visse risikoer som du påtar deg på egen risiko. Du bør også nøye gjennomgå kostplanene for å sikre at de ikke inneholder ingredienser du er allergisk eller intolerant overfor. Våre tjenester tilbyr generell veiledning og informasjon og skal ikke brukes som en erstatning for profesjonell medisinsk rådgivning eller behandling. Vi påtar oss ikke ansvar for skader som oppstår som følge av feil bruk av tjenestene våre.
- 5. Bestilling av coachingtjenester** Du kan bestille våre tjenester via vår hjemmeside. Etter påmelding vil vi kontakte deg for å lære mer om dine behov. Hvis vi matcher, sender vi deg en bekreftelses-e-post og en betalingslenke. Vår kontrakt er gyldig når du mottar vår bekreftelse.

6. **Bestilling og betaling av coachingtjenester Bestilling:** Du kan bestille våre coachingtjenester ved å fylle ut kontaktskjemaet på vår hjemmeside. Deretter vil vi eller en av våre representanter kontakte deg for å diskutere dine behov og mål. Hvis vi vurderer at vi kan imøtekomme dine ønsker, sender vi deg en e-post med detaljer om coachingforløpet samt en betalingslenke. Din bestilling anses som akseptert når du mottar en bekreftelses-e-post fra oss. På dette tidspunktet inngås en bindende kontrakt mellom deg og oss om levering av coachingtjenester. Hvis vi ikke kan akseptere din bestilling, informerer vi deg så snart som mulig og krever ingen betaling. Dette kan skyldes begrensninger i våre ressurser, manglende oppfyllelse av våre kredittkrav eller feil i prisen eller beskrivelsen av tjenestene. Du har mulighet til å endre opplysningene i din bestilling inntil den er blitt akseptert. Dette gjøres ved å sende en e-post til oss. Etter aksept vil du motta en kopi av vilkårene og en ordrebekreftelse på e-post.

Betaling: Alle priser opplyses før betaling og inkluderer alle relevante gebyrer og avgifter. Betaling kan skje enten som en engangsbetaling eller i månedlige rater. Vi bruker et sikkert betalingssystem til å håndtere dine opplysninger. Dine betalingsopplysninger krypteres ved overføring gjennom SSL-kryptering (Secure Sockets Layer), hvilket sikrer høy sikkerhet mot uautorisert tilgang. De spesifikke betalingsbetingelsene vil fremgå av din ordrebekreftelse og avhenger av de tjenester som er avtalt mellom deg og oss. Hvis du aksepterer å motta våre betalte tjenester, vil du bli påmeldt til betaling via en tredjepartstjeneste. Enhver betaling via denne tjenesten vil frigjøre deg fra din betalingsforpliktelse. En kopi av betalingsbetingelsene vil bli inkludert i din ordrebekreftelse.

7. **Enheter appen kan brukes på** Du kan kun bruke vår app på en enhet som du eier eller har tillatelse til å bruke. Sørg for at din enhet er kompatibel og oppdatert.
8. **Nedlasting av app - betingelser** Måtene du kan bruke vår app på kan være underlagt regler og retningslinjer fastsatt av Apple App Store eller Google Play Store (hver for seg en App Store), og App Store sine regler og retningslinjer gjelder i stedet for disse betingelsene, hvor det er forskjeller mellom de to.
9. **Kompatibel enhet** Appen bør kun lastes ned og installeres på en kompatibel enhet. Les App Store-listen for appen før du laster ned, for å sikre at din enhet er kompatibel.
10. **Oppdateringer og endringer til tjenestene** Vi oppdaterer våre tjenester regelmessig for å forbedre ytelse og funksjonalitet. Sørg for å akseptere oppdateringer for å fortsette å bruke våre tjenester.
11. **Din konto** Du er ansvarlig for å holde dine innloggingsopplysninger sikre. Del dem ikke med andre. Hvis du mistenker at dine opplysninger er kompromittert, må du endre dem umiddelbart.
12. **Forbud mot overføring av tjenester til uvedkommende** Vi gir deg personlig rett til å bruke tjenestene som beskrevet i disse betingelsene. Du må ikke overføre tjenestene til en annen, enten for penger, for noe annet eller gratis, unntatt som tillatt i henhold til App Store. Hvis du selger en enhet der vår app er installert, må du fjerne appen fra den.

13. **Vilkårsendringer** Vi kan være nødt til å endre våre vilkår fra tid til annen for å gjenspeile endringer i lov eller best-practice eller for å håndtere ytterligere funksjoner som vi introduserer. Vi vil alltid forsøke å gi deg rimelig varsel om større endringer ved å sende deg en SMS eller e-post med detaljer om endringen eller varsle deg om en endring neste gang du bruker nettstedet eller appen (hvis relevant).

14. **Ditt privatliv** Vi bruker kun personlige opplysninger som vi samler inn gjennom din bruk av våre tjenester på måter som er beskrevet i vår personvernerklæring, som du kan finne på vår hjemmeside.

15. **Immaterielle rettigheter** Alle immaterielle rettigheter knyttet til tjenestene (inkl. vår app og nettside) over hele verden tilhører oss og våre lisensgivere. Rettighetene til tjenestene er lisensiert (ikke solgt) til deg. Du har ingen immaterielle rettigheter til tjenestene, bortsett fra retten til å bruke dem i samsvar med disse betingelsene.

16. Lisensbegrensninger

Du aksepterer at du:

- Ikke vil underlisensiere eller på annen måte stille våre tjenester til rådighet (inkl. appen og trenings- eller kostholdsplaner) for noen person uten forhåndsgodkjent skriftlig samtykke fra oss.
- Ikke vil kopiere tjenestene (inkl. vår app og nettside), unntatt som en del av den normale bruken av tjenestene, eller hvor det er nødvendig med henblikk på sikkerhetskopiering eller driftssikkerhet.
- Ikke vil oversette, fusjonere, tilpasse, variere, endre eller modifisere hele eller deler av tjenestene (inkl. appen og nettsiden).
- Ikke vil kombinere eller inkorporere tjenestene i eller med andre programmer, unntatt som nødvendig for å bruke tjenestene på enheter som tillatt i disse vilkårene.
- Ikke vil adskille, dekompile, reverse engineer eller opprette avledede verk basert på hele eller noen del av tjenestene og heller ikke forsøke å gjøre slike ting.
- Vil overholde alle gjeldende lover og regler som gjelder for teknologien som brukes eller støttes av tjenestene.

17. **Brukergenerert innhold** Ved å sende inn innhold til vår plattform, gir du oss en evig, ugjenkallelig, ikke-eksklusiv, royaltyfri lisens til å bruke, reprodusere, endre, publisere og distribuere dette innholdet. Du garanterer at du eier eller har de nødvendige rettighetene til å sende inn innholdet, og at innholdet ikke krenker tredjeparts rettigheter. Vi forbeholder oss retten til å fjerne eller endre brukerinnhold som bryter våre vilkår, eller som vi finner upassende av annen grunn.

18. Begrensninger av bruksretten

Du må kun bruke våre tjenester (inkl. vår app og nettside) til lovlige formål. Du må:

- Ikke bruke tjenestene på ulovlig måte til noe ulovlig formål eller på noen måte som er uforenlig med disse betingelsene.
- Ikke handle bedragerisk eller ondsinnet.
- Ikke få tilgang til, bruke, distribuere eller overføre ondsinnet kode, som virus eller skadelige data, til tjenestene (inkl. appen eller nettsiden) eller et hvilket som helst operativsystem.
- Ikke krenke våre immaterielle rettigheter eller tredjeparts rettigheter i forbindelse med din bruk av tjenestene.
- Ikke overføre materiale som er ærekrenkende, diskriminerende, truende, uanstendig, seksuelt eksplisitt, støtende eller på annen måte støtende i forbindelse med din bruk av tjenestene.
- Ikke bruke noen tjenester på en måte som kan skade, overbelaste, svekke eller kompromittere våre systemer eller sikkerhet eller forstyrre andre brukere.
- Ikke samle inn eller høste informasjon eller data fra noen tjenester eller våre systemer eller forsøke å dechiffrere overføringer til eller fra serverne som kjører tjenestene.

19. Vårt ansvar for tap eller skader som du måtte lide Vi fraskriver eller begrenser ikke vårt ansvar der dette er ulovlig. Dette inkluderer ansvar for dødsfall eller personskade som er et resultat av vår uaktsomhet, grove uaktsomhet, svindel eller bedragerisk villedning. Vi er ansvarlige for tap eller skader du måtte lide som følge av vår manglende overholdelse av disse betingelsene, forutsatt at tapet eller skaden er direkte knyttet til vår overtredelse av betingelsene eller manglende bruk av rimelig dyktighet og omsorg.

Merk at våre tjenester er designet for privat og personlig bruk. Hvis du bruker våre tjenester til kommersielle formål, inkludert næringsvirksomhet eller videresalg, har vi ikke ansvar for eventuelle indirekte tap eller følgeskader, inkludert tap av fortjeneste, forretningsavbrudd eller tapte forretningsmuligheter.

Videre fraskriver vi oss ansvar for eventuelle skader eller tap som skyldes forsinkelser eller avbrudd i våre tjenester på grunn av forhold utenfor vår kontroll, som tekniske problemer, internetutfall eller tredjepartsproblemer.

20. Håndtering av manglende eller feilaktige opplysninger For å kunne levere våre coachingtjenester riktig, trenger vi visse opplysninger fra deg. Dette inkluderer, men er ikke begrenset til, din høyde, vekt, kroppsstatistikk, treningshistorikk, kostvaner, humør, måltider, ernæringsstatus og generell trivsel. Vi kan kontakte deg for å innhente disse opplysningene. Hvis du ikke leverer de nødvendige opplysningene innen rimelig tid etter vår anmodning, eller hvis de opplysningene du leverer er ufullstendige eller feilaktige, kan vi enten avslutte kontrakten eller kreve et ekstra gebyr for det ekstra arbeidet som kreves for å levere våre tjenester.

Vi kan ikke holdes ansvarlige for forsinkelser eller manglende levering av våre tjenester hvis dette skyldes din manglende levering av nødvendige opplysninger. Det er ditt ansvar å sikre at alle opplysningene du gir oss er nøyaktige og fullstendige. Ufullstendige eller feilaktige opplysninger kan påvirke effektiviteten av våre coachingtjenester og kan medføre at vi ikke kan levere de forventede resultatene.

For å sikre en optimal opplevelse og de beste resultatene med våre tjenester, oppfordrer vi

deg til å oppdatere oss løpende med relevante endringer i dine opplysninger og å samarbeide tett med oss gjennom hele forløpet.

21. **Andre nettsteder** Våre tjenester kan inneholde lenker til andre uavhengige nettsteder som ikke administreres av oss. Slike uavhengige nettsteder er ikke under vår kontroll, og vi er ikke ansvarlige for og har ikke kontrollert eller godkjent deres innhold eller deres personvernerklæringer (hvis noen). Du må gjøre din egen vurdering av om du vil benytte slike uavhengige nettsteder, inkludert om du vil kjøpe produkter eller tjenester som tilbys av dem.

22. Opphør

Du kan avslutte din avtale med oss ved utløpet av din bindingstid ved å gi oss 1 måneds varsel. Oppsigelsen vil tre i kraft fra den første dagen i den påfølgende måneden.

Du kan tidligst avslutte din avtale etter den siste måneden i den coachingpakken du har valgt. Hvis du avslutter din avtale ved ikke å betale det månedlige abonnementsbeløpet, vil du bli purret for betaling. Betales abonnementsbeløpet fortsatt ikke, forbeholder vi oss retten til å kreve beløpet via inkasso.

I tilfelle akutt sykdom eller andre force majeure-lignende forhold kan avtalen avsluttes før tid hvis det sendes inn en gyldig legeerklæring eller annen offisiell dokumentasjon.

Det er ditt ansvar å aktivt anmode om å benytte en ekstra måned som du måtte ha rett til i forbindelse med kampanjer eller lignende. Hvis du ønsker å bruke din ekstra måned umiddelbart etter den avtalte perioden, må du anmode om det før den automatiske betalingen for den neste måneden finner sted. Ellers kan den ekstra måneden først brukes etter den automatiske betalingen.

Eksempel: Hvis du vil bruke din ekstra måned direkte etter 9. måned, men ikke ber om det før du automatisk trekkes for 10. måned, kan du først bruke din ekstra måned fra 11. måned og frem. Hvis du har spørsmål eller trenger hjelp med appen, må du ikke nøle med å kontakte oss ved å sende en e-post til: stine.hafstad@hotmail.com.

Ved å akseptere disse betingelsene erkjenner du at du vil få tilgang til digitalt innhold, inkludert treningsforløp, treningsprogrammer og kostplaner, før din vanlige angrerett på 14 dager utløper. Når du får tilgang til ditt digitale innhold, frafaller du uttrykkelig din angrerett. Inntil du får tilgang, gjelder de vanlige reglene i angrerettloven angående angrerett.

Hvis vi vurderer at du ikke overholder disse vilkårene (inkludert manglende betaling), kan vi til enhver tid annullere din tilgang til våre tjenester ved å kontakte deg. Hvis det du har gjort kan rettes opp, vil vi gi deg en rimelig mulighet til å rette det opp.

Hvis vi avslutter din rett til å bruke tjenestene på denne måten, kan vi beholde betalinger du allerede har foretatt for å dekke våre kostnader og/eller kompensere oss for tap som skyldes din manglende overholdelse.

Vi kan også avslutte kontrakten hvis det blir umulig eller upraktisk å levere våre tjenester. I

så fall vil vi informere deg umiddelbart. Har du betalt for tjenestene på forhånd, vil du muligens få en forholdsmessig refusjon for den perioden du ikke har vært i stand til å bruke tjenestene på grunn av kontraktens opphør.

23. **Overdragelse av rettigheter og forpliktelser** Vi forbeholder oss retten til å overføre våre rettigheter og forpliktelser i henhold til disse betingelsene til en annen organisasjon. Dette kan eksempelvis skje i forbindelse med et oppkjøp av vår virksomhet av en tredjepart. Du vil alltid bli orientert skriftlig hvis en slik overdragelse finner sted, og vi vil sikre at dine rettigheter i henhold til disse betingelsene ikke påvirkes negativt.
24. **Tredjeparts rettigheter** Tredjepartsapplikasjoner, som App Store og deres tilknyttede selskaper, har rett til å håndheve disse betingelsene på våre vegne for å sikre din overholdelse av vilkårene. Bortsett fra dette har ingen andre tredjeparter rettigheter til å håndheve disse betingelsene.
25. **Gyldighet av kontraktens deler** Hvert avsnitt i disse betingelsene er adskilt og uavhengig. Hvis en domstol eller annen relevant myndighet finner at noen del av disse betingelsene er ulovlig eller ugyldig, forblir de øvrige avsnittene fortsatt gyldige og effektive.
26. **Forsinkelse i håndhevelse av betingelser** Selv om vi måtte forsinke håndhevelsen av en eller flere bestemmelser i disse betingelsene, beholder vi retten til å håndheve dem på et senere tidspunkt. Hvis vi unnlater å insistere på at du straks oppfylder dine forpliktelser, eller hvis vi forsinker å ta juridiske skritt i forbindelse med din manglende overholdelse av disse betingelsene, betyr det ikke at du ikke skal oppfylle dine forpliktelser, og det hindrer oss ikke i å ta rettslige skritt mot deg senere.
27. **Lovvalg og jurisdiksjon** Disse betingelsene er regulert av norsk lovgivning. Eventuelle tvister som måtte oppstå i forbindelse med disse betingelsene eller bruken av våre tjenester, skal behandles ved de norske domstolene.
28. **Alternativ tvisteløsning** Alternativ tvisteløsning er en metode der en uavhengig instans vurderer fakta i en tvist og forsøker å løse den uten behov for rettssaker. Hvis du er misfornøyd med vår håndtering av en klage, kan du sende tvisten til Forbrukerrådet eller bruke Europa-kommisjonens plattform for nettbasert tvisteløsning for en avgjørelse online.