

Privacy Policy

Политика конфиденциальности

evgeniizeikan.com | Last updated / Последнее обновление: 14 April 2026 / 14 апреля 2026

ENGLISH

This Privacy Policy explains how Evgeniia Zeikan, Sole Trader, United Kingdom, collects, uses, stores and protects your personal data when you visit this website or use my services. This policy complies with the UK General Data Protection Regulation (UK GDPR) and the Data Protection Act 2018.

Language / Язык

These Terms & Conditions are provided in English and Russian for convenience. In case of any discrepancy or inconsistency, the English version shall prevail.

1. Who I Am

Data Controller: Evgeniia Zeikan

Website: evgeniizeikan.com

Contact: evgeniia.zeikan@hotmail.com

2. What Data I Collect

2.1 Data you provide directly

- Name and email address when subscribing to the newsletter or downloading a free resource
- Name, email, and health information shared when booking consultations or enquiring about services

РУССКИЙ

Настоящая Политика конфиденциальности объясняет, как Евгения Зейкан, самозанятый специалист (sole trader) в Великобритании, собирает, использует, хранит и защищает ваши персональные данные при посещении сайта или использовании услуг. Политика соответствует UK GDPR и Закону о защите данных 2018 года.

Language / Язык

Настоящие Условия представлены на английском и русском языках для удобства. В случае расхождений или противоречий приоритет имеет английская версия.

1. Кто я

Контролёр данных: Евгения Зейкан

Сайт: evgeniizeikan.com

Контакт: evgeniia.zeikan@hotmail.com

2. Какие данные я собираю

2.1 Данные, которые вы предоставляете

- Имя и email при подписке на рассылку или загрузке бесплатного материала
- Имя, email и сведения о здоровье при бронировании консультации или запросе об услугах

- Payment details processed via a third-party payment provider (I do not store card details)
- Any information you voluntarily share in intake forms, questionnaires, or consultations

- Платёжные данные, обрабатываемые сторонним провайдером (данные карт я не храню)
- Любая информация, добровольно предоставленная в анкетах или в ходе консультаций

2.2 Data collected automatically

- IP address and browser type (via analytics tools)
- Pages visited, time on site, and referral source
- Cookie data (see Section 7)

2.2 Данные, собираемые автоматически

- IP-адрес и тип браузера (через инструменты аналитики)
- Посещённые страницы, время на сайте и источник перехода
- Данные файлов cookie (см. Раздел 7)

2b. Sensitive Data

Some of the information you provide — such as health status, lifestyle habits, dietary preferences, sleep patterns, stress levels, or medical history — may constitute special category data under UK GDPR (Article 9). This data is processed only with your explicit consent and solely for the purpose of delivering the agreed nutritional and lifestyle advice services. It is never used for clinical assessment or medical purposes. You may withdraw your consent at any time by contacting me.

2b. Специальные категории данных

Некоторые сведения, которые вы предоставляете — такие как состояние здоровья, образ жизни, пищевые предпочтения, режим сна, уровень стресса или медицинский анамнез — могут относиться к специальным категориям персональных данных согласно UK GDPR (Статья 9). Эти данные обрабатываются исключительно с вашего явного согласия и только в целях оказания согласованных консультационных услуг по питанию и образу жизни. Они никогда не используются в клинических или медицинских целях. Вы вправе отозвать согласие в любое время, связавшись со мной.

3. How I Use Your Data

- To provide nutritional and lifestyle advice consultations and programmes you have purchased or enquired about

3. Как я использую ваши данные

- Для предоставления консультаций по питанию и образу жизни, а также программ, которые вы приобрели или о которых запросили информацию

- To send newsletters, resources, and updates (only with your consent)
- To improve the website and understand how visitors use it
- To respond to enquiries and provide client support
- To meet legal and tax obligations as a UK sole trader

- Для рассылки новостей, материалов и обновлений (только с вашего согласия)
- Для улучшения сайта и понимания того, как посетители им пользуются
- Для ответа на запросы и поддержки клиентов
- Для выполнения юридических и налоговых обязательств как самозанятого специалиста (sole trader) в Великобритании

4. Legal Basis for Processing

- Contract – necessary to deliver a purchased service
- Consent – for marketing emails and newsletters (withdrawable at any time)
- Legitimate Interests – for analytics and service improvement
- Legal Obligation – where required by UK law

4. Правовое основание обработки

- Договор — необходимо для оказания приобретённой услуги
- Согласие — для маркетинговых писем и рассылок (может быть отозвано в любое время)
- Законный интерес — для аналитики и улучшения услуг
- Юридическое обязательство — в случаях, предусмотренных законодательством Великобритании

5. How Long I Keep Your Data

- Client records: 7 years (HMRC requirement)
- Email subscribers: until you unsubscribe or request deletion
- Non-client enquiries: 12 months
- Analytics data: as set by the analytics provider (typically 26 months)

5. Сроки хранения данных

- Данные клиентов: 7 лет (требование HMRC)
- Подписчики email: до отписки или запроса об удалении
- Запросы от не-клиентов: 12 месяцев
- Данные аналитики: согласно настройкам провайдера (обычно 26 месяцев)

6. Who I Share Your Data With

6. Кому я передаю ваши данные

I do not sell, rent, or trade your personal data. I may share data with trusted third-party providers:

- Email marketing platforms (e.g. Mailchimp, ConvertKit)
- Payment processors (e.g. Stripe, PayPal)
- Website analytics providers (e.g. Google Analytics)
- Scheduling or booking tools

All third parties are required to handle your data securely and in compliance with UK GDPR.

Your data may be transferred to and stored in countries outside the UK/EEA where third-party providers (such as messaging and cloud services) operate. Where this occurs, I ensure appropriate safeguards are in place in accordance with UK GDPR.

Я не продаю, не сдаю в аренду и не передаю ваши персональные данные третьим лицам в коммерческих целях. Я могу передавать данные проверенным поставщикам услуг:

- Платформы email-рассылок (например, Mailchimp, ConvertKit)
- Платёжные системы (например, Stripe, PayPal)
- Провайдеры аналитики сайта (например, Google Analytics)
- Инструменты для записи и бронирования

Все третьи стороны обязаны обрабатывать ваши данные безопасно и в соответствии с UK GDPR.

Ваши данные могут быть переданы и храниться в странах за пределами UK/EEA, где работают сторонние поставщики (например, мессенджеры и облачные сервисы). В таких случаях я обеспечиваю надлежащие гарантии защиты данных в соответствии с UK GDPR.

7. Cookies

This website uses cookies. These include:

- Essential cookies: required for the website to function
- Analytics cookies: help understand how the site is used

When you first visit the site, you will be asked to accept or decline non-essential cookies. You can change your preferences at any time via your browser settings.

7. Файлы cookie

Этот сайт использует файлы cookie. В частности:

- Необходимые cookie: требуются для работы сайта
- Аналитические cookie: помогают понять, как используется сайт

При первом посещении сайта вас попросят принять или отклонить необязательные файлы cookie. Вы можете изменить настройки в любое время через браузер.

8. Your Rights

- Access – request a copy of the data I hold about you

8. Ваши права

- Доступ — запросить копию хранимых о вас данных

- Rectification – ask me to correct inaccurate data
- Erasure – request deletion of your data (where legally permitted)
- Restriction – ask me to limit how I use your data
- Data portability – receive your data in a machine-readable format
- Object – object to processing based on legitimate interests
- Withdraw consent – at any time, without affecting prior lawful processing

To exercise any of these rights, please contact me at: evgeniia.zeikan@hotmail.com

- Исправление — попросить исправить неточные данные
- Удаление — запросить удаление данных (в разрешённых законом случаях)
- Ограничение — попросить ограничить обработку ваших данных
- Переносимость данных — получить данные в машиночитаемом формате
- Возражение — возразить против обработки на основании законного интереса
- Отзыв согласия — в любое время, без ущерба для ранее законной обработки

Для реализации любого из этих прав, пожалуйста, свяжитесь со мной: evgeniia.zeikan@hotmail.com

9. Data Security

I take reasonable technical and organisational measures to protect your personal data. However, no method of transmission over the internet is 100% secure.

9. Безопасность данных

Я принимаю разумные технические и организационные меры для защиты ваших персональных данных. Тем не менее ни один метод передачи данных через интернет не является стопроцентно безопасным.

10. Changes to This Policy

I may update this Privacy Policy from time to time. The date at the top of this page reflects the most recent revision.

10. Изменения в политике

Я могу периодически обновлять настоящую Политику конфиденциальности. Дата в верхней части страницы отражает последнее изменение.

11. Complaints

If you believe I have not handled your data correctly, you have the right to lodge a complaint with the Information

11. Жалобы

Если вы считаете, что ваши данные обрабатываются ненадлежащим образом, вы вправе обратиться с жалобой в Управление Уполномоченного по

Commissioner's Office (ICO): ico.org.uk |
0303 123 1113

информации (ICO): ico.org.uk | 0303 123
1113