

Политика конфиденциальности сайта nutriciolog-korostinskaya.ru

1. Кто мы

Наш адрес сайта: <http://nutriciolog-korostinskaya.ru>.

2. Какие данные мы собираем и как их используем

Комментарии

Если вы оставляете комментарий на сайте, мы собираем:

- Данные, указанные в форме комментария (имя, email, текст).
- IP-адрес и данные user-agent браузера для защиты от спама.

Медиафайлы

Если вы загружаете изображения на сайт, избегайте файлов с **метаданными EXIF** (в них могут содержаться GPS-координаты). Посетители могут скачать такие изображения и извлечь эту информацию.

Куки (Cookies)

- Если вы оставляете комментарий, мы сохраняем в cookies ваше имя, email и сайт (для удобства, чтобы не вводить их повторно). Эти cookies хранятся **1 год**.
- При входе в учетную запись:
 - Временный cookie для проверки поддержки cookies браузером (удаляется при закрытии браузера).
 - Cookies для входа и настроек экрана (хранятся **2 дня** или **2 недели**, если выбрано «Запомнить меня»).
 - Cookie при редактировании статьи (содержит только ID записи, удаляется через **1 день**).

Встраиваемый контент

Статьи на сайте могут включать контент из других сайтов (видео, изображения и т. д.). Такой контент ведет себя так, как если бы вы посетили другой сайт: эти сервисы могут собирать ваши данные, использовать cookies и отслеживать взаимодействие (если у вас есть аккаунт на их платформе).

3. С кем мы делимся вашими данными

- Если вы запросите сброс пароля, в email будет указан ваш **IP-адрес**.
- Комментарии могут проверяться **автоматическими сервисами** для определения спама.

4. Как долго храним ваши данные

- **Комментарии** и их метаданные хранятся неограниченно, чтобы автоматически одобрять последующие (а не помещать в очередь на модерацию).
- Для **зарегистрированных пользователей** храним данные профиля. Вы можете редактировать или удалить их в любое время (кроме имени пользователя). Администрация также имеет доступ к этой информации.

5. Ваши права на данные

Вы можете:

- Запросить **экспорт** ваших персональных данных (включая предоставленную информацию).
- Запросить **удаление** данных (кроме тех, которые мы обязаны хранить по закону или для безопасности).
- Отозвать согласие на обработку, написав на nutrifel81@gmail.com.

6. Куда отправляются данные

Комментарии могут проходить проверку через **антиспам-сервисы**.

7. Контакты

По вопросам конфиденциальности обращайтесь:

- **Телефон:** +79049594477.
- **Email:** nutrifel81@gmail.com.

8. Изменения в Политике

Мы оставляем право обновлять текст Политики. Актуальная версия всегда доступна по ссылке с сайта.