

Integritetspolicy

Senast uppdaterad: 9 september 2026

Eat Grow Flow värnar om din integritet. Här beskriver jag kort hur dina personuppgifter behandlas när du besöker webbplatsen, bokar en konsultation, får dietistbehandling eller köper en e-bok eller ett webinarium.

1. Personuppgiftsansvarig

Eat Grow Flow drivs av Ulrika Midner, legitimerad dietist med enskild firma.

Jag är personuppgiftsansvarig för de personuppgifter som behandlas inom Eat Grow Flow.

Eat Grow Flow

Organisationsnummer: 19730127-0182

E-post: ulrika@eatgrowflow.se

Webbplats: www.eatgrowflow.se

Eat Grow Flow är en privat vårdgivare. När jag bedriver hälso- och sjukvård gäller även patientdatalagen och andra regler som gäller för hälso- och sjukvården.

2. Vilka personuppgifter behandlar jag?

Vilka uppgifter jag behandlar beror på vilken kontakt du har med Eat Grow Flow.

Vid kontakt och bokning

Jag kan behandla:

- namn
- personnummer
- e-postadress
- telefonnummer
- bokningsuppgifter
- andra uppgifter som du själv lämnar.

Vid dietistbehandling och annan hälso- och sjukvård

Jag kan även behandla hälsouppgifter som behövs för din vård, till exempel:

- medicinska diagnoser
- aktuella och tidigare besvär
- medicinering
- kost- och matvanor
- nutritionsrelaterade uppgifter
- uppgifter om behandling och uppföljning.

Hälsouppgifter är känsliga personuppgifter enligt GDPR.

Vid köp av e-böcker och webinarier

Jag kan behandla:

- namn
- e-postadress
- information om köpet eller bokningen
- betalnings- och fakturauppgifter.

3. Varför behandlar jag dina personuppgifter?

Jag behandlar personuppgifter för att:

- administrera bokningar och konsultationer
- ge säker och ändamålsenlig hälso- och sjukvård
- föra patientjournal
- kommunicera med dig om din konsultation eller ditt köp
- hantera betalningar och fakturor
- leverera e-böcker och webinarier
- uppfylla skyldigheter enligt lag, till exempel bokförings- och journalföringskrav
- hantera frågor, synpunkter och klagomål.

4. Patientjournal

När en konsultation utgör hälso- och sjukvård är jag skyldig att föra patientjournal.

En patientjournal kan behöva skapas redan när du söker vård hos Eat Grow Flow. Journalföring kan därför förekomma även om den första konsultationen inte leder till fortsatt behandling.

Journalen innehåller de uppgifter som behövs för att ge en god och säker vård. Patientjournaler omfattas av särskilda regler och får inte raderas enbart på begäran när det finns en laglig skyldighet att bevara dem.

En journalhandling ska enligt patientdatalagen bevaras i minst tio år från det att den sista uppgiften fördes in.

5. Personuppgifter om hälsa och personnummer

Hälsouppgifter behandlas när det behövs för att ge hälso- och sjukvård och enligt de regler som gäller för patientjournal och annan vårddokumentation.

Enligt Patientdatalagen (PDL) är jag som vårdgivare skyldig att föra en patientjournal för varje patient. För att säkerställa patientsäkerheten måste journalen vara kopplad till en entydig identifiering – vilket i Sverige är personnumret.

6. System och leverantörer

För att kunna driva Eat Grow Flow använder jag följande tjänster:

Kaddio – bokning, patientjournal, videokonsultationer och säker patientkommunikation.

Wix – webbplats och kontaktformulär.

Microsoft 365/Outlook – e-post.

Stripe – betalningar för e-böcker och webinarier.

Spiris – bokföring och ekonomiadministration.

Dessa leverantörer kan behandla personuppgifter för att tillhandahålla sina tjänster. När en leverantör behandlar personuppgifter för Eat Grow Flows räkning regleras detta genom personuppgiftsbiträdesavtal när sådant krävs enligt GDPR.

7. E-post och säker kommunikation

Skicka inte känsliga hälsouppgifter via vanlig e-post eller sociala medier.

Vid kommunikation som innehåller känsliga uppgifter använder Eat Grow Flow i första hand säker kommunikation i Kaddio.

8. Hur skyddas dina uppgifter?

Jag vidtar tekniska och organisatoriska säkerhetsåtgärder för att skydda dina personuppgifter mot obehörig åtkomst, förlust, ändring och annat obehörigt användande.

Patientuppgifter hanteras i Kaddio. Kaddio uppger att journal- och kommunikationsdata lagras inom EU/EES och att systemet bland annat använder kryptering, åtkomstkontroll, flerfaktorsautentisering och loggning av åtkomst.

9. Hur länge sparas uppgifterna?

Personuppgifter sparas bara så länge som behövs för ändamålet eller så länge som lagen kräver.

Patientjournaler sparas enligt patientdatalagens regler, minst tio år från den senaste journaluppgiften.

Bokföringsuppgifter sparas enligt bokföringslagstiftningen.

10. Dina rättigheter

Du har enligt GDPR bland annat rätt att få information om hur dina personuppgifter behandlas och, beroende på situation, rätt att:

- begära tillgång till dina personuppgifter
- begära rättelse av felaktiga uppgifter
- begära begränsning av behandlingen
- invända mot viss behandling
- begära radering när lagen tillåter det.

För patientjournaler gäller särskilda regler. En journal kan inte raderas på begäran när lagen kräver att den ska bevaras.

Kontakta mig på ulrika@eatgrowflow.se om du vill använda dina rättigheter. Jag kan behöva kontrollera din identitet innan jag lämnar ut uppgifter.

11. Marknadsföring

Jag använder inte dina hälsouppgifter för marknadsföring.

Om du anmäler dig till Eat Grow Flows nyhetsbrev används din e-postadress för att skicka nyhetsbrevet. Du kan när som helst avsluta prenumerationen.

12. Cookies

Eat Grow Flows webbplats använder cookies och liknande teknik. Vissa cookies behövs för att webbplatsen ska fungera, medan andra kan användas för statistik eller funktioner från tredje part.

När samtycke krävs får du möjlighet att välja vilka icke-nödvändiga cookies du godkänner.

13. Överföring av personuppgifter utanför EU/EES

Vissa av de tjänster som Eat Grow Flow använder kan innebära att personuppgifter behandlas eller blir tillgängliga utanför EU/EES. När det sker måste det finnas stöd enligt GDPR, exempelvis ett beslut om adekvat skyddsnivå eller lämpliga skyddsåtgärder såsom EU standardavtalsklausuler.

Kaddio uppger att journal- och kommunikationsdata lagras inom EU/EES. Vissa stödtjänster som används av Kaddio, exempelvis automatiserad e-post, SMS, BankID och betalningar, kan däremot innebära behandling utanför EU/EES. Kaddio uppger att sådana behandlingar omfattas av avtal och andra skyddsåtgärder enligt GDPR.

Wix uppger att personuppgifter kan lagras och behandlas i bland annat USA, Irland, Sydkorea, Taiwan och Israel. Vid överföringar till länder utan adekvat skyddsnivå kan Wix använda EU standardavtalsklausuler och andra skyddsåtgärder.

Stripe uppger att personuppgifter kan överföras till Stripe i USA och till andra länder där Stripe eller deras underleverantörer finns. Stripe använder bland annat EU-U.S. Data

Privacy Framework och EU standardavtalsklausuler som mekanismer för internationella överföringar.

Microsoft 365 omfattas för många europeiska kunder av Microsofts EU Data Boundary. Microsoft beskriver samtidigt vissa situationer där data kan överföras eller få fjärråtkomst utanför EU Data Boundary.

Spiris uppger att de strävar efter att undvika behandling av personuppgifter utanför EES. Om sådan behandling är nödvändig kan den ske med lämpliga skyddsåtgärder, exempelvis EU standardavtalsklausuler.

14. Personuppgiftsincidenter

Om en personuppgiftsincident inträffar hanterar jag den enligt GDPR och annan tillämplig lagstiftning. Om incidenten innebär en risk för dina rättigheter kan den behöva anmälas till Integritetsskyddsmyndigheten (IMY) och i vissa fall även meddelas till dig.

15. Frågor och klagomål

Om du har frågor eller synpunkter på hur dina personuppgifter behandlas är du välkommen att kontakta mig:

Ulrika Midner

Eat Grow Flow

ulrika@eatgrowflow.se

Du kan också lämna klagomål till Integritetsskyddsmyndigheten (IMY):

www.imy.se

16. Ändringar i integritetspolicyn

Den här integritetspolicyn kan uppdateras om verksamheten, de system jag använder eller lagstiftningen förändras.

Den senaste versionen finns alltid på www.eatgrowflow.se.

Senast uppdaterad: 9 september 2026