

Personuppgiftspolicy enligt GDPR – Mindful Work Sweden

Senast uppdaterad: 2026-08-12

Din integritet är viktig. Som egen företagare ansvarar jag för den personliga information som du förser företaget med. Denna policy beskriver hur jag behandlar, lagrar och hanterar dina personuppgifter när du är kund hos mig.

Den beskriver också dina rättigheter och hur du kan göra dem gällande. Det är viktigt att du tar del av och förstår policyn och känner dig trygg i min behandling av dina personuppgifter.

Ansvarig för hantering av personuppgifter

Jag, i företaget Mindful Work Sweden med organisationsnummer 621007-7241, är personuppgiftsansvarig för den behandling av personuppgifter som beskrivs i den här policyn. Om du har några frågor eller vill åberopa någon av dina rättigheter så når du mig på:

E-post: maj@mindfulwork.se

Telefonnummer: 073-46 11 999

Hur får jag tillgång till personuppgifterna?

Utöver de uppgifter du själv lämnar till mig, eller som jag samlar in från dig i samband med att du blir kund hos mig eller kontaktar mig, kan jag också komma att samla in personuppgifter från någon annan, så kallad tredje part. De uppgifter jag kan samla in från tredje part är:

- Adressuppgifter från offentliga register för att vara säker på att jag har rätt adressuppgifter till dig.
- Uppgifter om kreditvärdighet från kreditvärderingsinstitut, banker eller upplysningsföretag.

Vilka personuppgifter behandlar jag?

Följande kategorier av personuppgifter kan jag komma att behandla:

- Kontaktuppgifter såsom namn, adress, e-postadress, telefonnummer.
- Identitetsuppgifter såsom personnummer, organisationsnummer.
- Ekonomiska uppgifter såsom bankkontonummer och andra bankrelaterade uppgifter.
- Ljud- och bildmaterial samt tal som återges i text, till exempel vid intervjuer, gruppcoaching eller andra möten som spelas in, transkriberas eller antecknas.

Hur behandlar jag dina personuppgifter?

Jag behandlar dina personuppgifter främst för att fullfölja mina förpliktelser mot dig som kund hos mig. Min utgångspunkt är att inte behandla fler personuppgifter än vad som behövs för ändamålet, och jag strävar alltid efter att använda de minst integritetskänsliga uppgifterna.

Nedan följer information om vilka personuppgiftsbehandlingar som finns.

Tillhandahålla och fullgöra avtal om tjänster/varor

Jag behandlar personuppgifter för att kunna fullgöra vårt avtal och tillhandahålla tjänster/varor till dig. Jag behandlar personuppgifter för min administration och fakturering av tjänsterna/varorna, för kreditupplysningsändamål, för att hantera klagomål och reklamationer, för att hjälpa dig vid frågor om din tjänst/vara när du kontaktar mig samt i övrigt för att tillvarata mina rättigheter och fullgöra mina skyldigheter enligt mitt avtal med dig. Personuppgifter som hanteras i denna behandling är kontaktuppgifter, identitetsrelaterade personuppgifter samt ekonomiska personuppgifter.

Bokföring

Jag behandlar dina personuppgifter i syfte att kunna fullgöra de lagstadgade skyldigheter som åvilar mig som företagare, till exempel bokföringslagens krav på arkivering av räkenskapsmaterial. Personuppgifter som hanteras i denna behandling är kontaktuppgifter, identitetsrelaterade personuppgifter samt ekonomiska personuppgifter.

Transkribering och anteckningar vid möten

I samband med gruppcoaching och andra möten kan jag spela in eller anteckna det som sägs. Namn och annan identifierbar information kan förekomma i materialet. Detta hanteras genom Zoom, där data kan överföras till USA under skydd av standardavtalsklausuler (SCC), i enlighet med Zooms personuppgiftsbiträdesavtal.

Jag använder även tjänsten SpeechText.AI, vars servrar står inom EU, för att transkribera mina egna föreläsningar.

Marknadsföring till befintliga kunder

Jag behandlar kontaktuppgifter för att möjliggöra direktmarknadsföring av varor/tjänster till dig som redan är kund, utskick av nyhetsbrev för de tjänster/varor du är intresserad av, samt inbjudan till evenemang inom området för ditt intresse. Personuppgifter som hanteras i denna behandling är kontaktuppgifter.

Cookies och spårning på hemsidan

När du besöker min hemsida möts du av en samtyckesbanner där du väljer vilka kategorier av cookies du godkänner, innan några cookies utöver de strikt nödvändiga aktiveras. Du kan när som helst ändra ditt val.

Jag använder Meta Pixel för att kunna rikta relevant annonsering till dig som besökt hemsidan, och för att analysera hur annonseringen presterar. Denna behandling bygger på ditt samtycke via cookiebannern, inte på berättigat intresse.

Om jag i framtiden lägger till fler verktyg för statistik eller marknadsföring, till exempel Google Analytics, uppdateras cookiebannern och denna policy med de nya tjänsterna innan de aktiveras.

Vilken rättslig grund har jag för mina personuppgiftsbehandlingar?

Jag behandlar dina personuppgifter för att kunna administrera och tillhandahålla avtalad tjänst/vara, den rättsliga grunden är avtal. Detsamma gäller transkribering och anteckningar vid möten som en del av att tillhandahålla tjänsten.

När det gäller personuppgiftsbehandling för att fullgöra krav som exempelvis bokföringslagen eller skattelagstiftningen är den rättsliga grunden rättslig förpliktelse.

För marknadsföring till dig som redan är kund är den rättsliga grunden mitt berättigade intresse. Detta innebär att jag anser att mina intressen att behandla dina personuppgifter för detta ändamål överväger det integritetsintrång som du utsätts för med anledning av behandlingen. Denna bedömning har gjorts särskilt med beaktande av att jag anser att behandlingen är fördelaktig för dig.

För cookies och spårning i marknadsföringssyfte på hemsidan, exempelvis Meta Pixel, är den rättsliga grunden samtycke, vilket du lämnar eller nekar via cookiebannern.

Hur länge lagras dina personuppgifter?

Jag sparar dina personuppgifter så länge du är kund hos mig och upp till 12 månader därefter. Vissa personuppgifter sparas under en längre tid, exempelvis för att uppfylla krav från bokföringslagen och skattelagstiftningen. När ändamålen med behandlingarna är uppfyllda och lagringstiden löpt ut raderas dina personuppgifter på ett säkert sätt eller anonymiseras så att det inte längre går att koppla dem till dig.

Överföring av personuppgifter utanför EU/EES

De flesta av mina tjänsteleverantörer behandlar personuppgifter inom EU/EES. I vissa fall kan personuppgifter föras över till länder utanför EU/EES, i första hand USA, och sker då med stöd av de skyddsåtgärder som krävs enligt GDPR, till exempel standardavtalsklausuler (SCC) eller ett giltigt adekvansbeslut.

- Zoom, som används för digitala möten och anteckningar, kan överföra data till USA under skydd av standardavtalsklausuler.
- Meta, som tillhandahåller Meta Pixel, kan överföra data till USA under skydd av standardavtalsklausuler eller motsvarande skyddsram.
- SpeechText.AI, som används för transkribering, behandlar data inom EU och gör ingen överföring utanför EU/EES.

Vilka delar jag personuppgifter med?

Min utgångspunkt är att inte lämna ut registrerade personuppgifter till utomstående om den registrerade inte har samtyckt till det eller om det inte är nödvändigt för att uppfylla mina förpliktelser enligt avtal eller lag. I de fall jag lämnar ut personuppgifter till utomstående säkerställer jag att personuppgifterna behandlas på ett betryggande sätt.

- Tjänsteleverantörer. För att uppfylla ändamålen med min behandling av dina personuppgifter, och för att uppfylla de krav jag som företagare är skyldig att följa, delar jag personuppgifter med företag som tillhandahåller tjänster till mig, till exempel betalningslösning, kursplattformen Kundflow.ai, transkriberingsverktyg, videomötesverktyg och utskicksverktyg för nyhetsbrev. Dessa företag får endast behandla personuppgifter enligt det personuppgiftsbiträdesavtal som tecknas med företaget och enligt de instruktioner de får i samband med detta. De får inte använda dina personuppgifter för egna ändamål och de är skyldiga enligt lag och avtal att skydda dina personuppgifter. En tjänsteleverantör får inte dela dina personuppgifter med tredje part eller underleverantör utan att jag godkänner detta.
- Myndigheter. Jag kan lämna nödvändig information till myndigheter om jag är skyldig enligt lag att göra det. Denna information kan omfatta dina personuppgifter. I samband med en rättsvist kan det vara aktuellt att även överföra information som kan innehålla personuppgifter till övriga parter i tvisten.

Hur skyddas dina personuppgifter?

Jag skyddar dina personuppgifter genom en kombination av tekniska och organisatoriska lösningar. Jag har vidtagit särskilda säkerhetsåtgärder för att skydda dina personuppgifter mot olovlig eller obehörig åtkomst.

Dina rättigheter

Som registrerad hos mig har du följande rättigheter:

- Du har rätt att begära ett registerutdrag där du kan se vilka personuppgifter jag har om dig.
- Du har rätt att begära rättning om jag har felaktig eller ofullständig personuppgift registrerad om dig.
- Du har rätt att få dina personuppgifter raderade om uppgifterna inte längre behövs för det ändamål de samlades in, om du återkallar ett samtycke som behandlingen grundar sig på, om behandlingen grundar sig på en intresseavvägning och det inte finns berättigade skäl som väger tyngre än ditt intresse, om personuppgifterna har behandlats olagligt, om radering krävs för att uppfylla en rättslig skyldighet, eller om du invänder mot behandling för direktmarknadsföringsändamål. Rätten gäller inte om jag är skyldig enligt lag, till exempel bokföringslagen, att behålla uppgifterna.
- Du har rätt till dataportabilitet, det vill säga rätt att få dina personuppgifter flyttade, under förutsättning att den rättsliga grunden är samtycke eller avtal och det du kan

få ut är personuppgifter som rör dig, som du själv tillhandahållit eller som genererats av dina handlingar eller aktiviteter.

- Du har rätt att begära att behandlingen av dina personuppgifter begränsas. Om du begär en begränsning kan det medföra att jag inte kan uppfylla mina eventuella skyldigheter gentemot dig under den tid som begränsningen gäller.
- Du har rätt att invända mot en personuppgiftsbehandling som har intresseavvägning som rättslig grund. För att jag ska kunna fortsätta med behandlingen behöver jag kunna visa ett tvingande berättigat skäl som väger tyngre än dina intressen, rättigheter eller friheter. I annat fall får jag bara behandla uppgifterna för att fastställa, utöva eller försvara rättsliga anspråk.
- Du har alltid rätt att invända mot att dina personuppgifter används för direkt marknadsföring. Görs en invändning, får personuppgifterna inte längre behandlas för sådana ändamål.
- Du har rätt att när som helst återkalla ett samtycke du har lämnat, till exempel via cookiebannern, utan att det påverkar lagligheten av behandling som skett innan återkallelsen.

Om du inte är nöjd med det svar du har fått från mig har du rätt att lämna klagomål till Integritetsskyddsmyndigheten (IMY), imy.se.

Maj Andrén gm Firma Mindful Work Sweden

2026-08-12