

Regulamin newslettera i udostępniania bezpłatnych materiałów cyfrowych

Wojciech Duch / Odnova Ducha - usługi świadczone przez DOMINO CATERING sp. z o.o.

DOMINO CATERING sp. z o.o.
ul. Tadeusza Kościuszki 24, 33-300 Nowy Sącz
KRS 0000739592 | NIP 7343560794 | REGON 380720062
E-mail: kontakt@energialidera.pl

Marka i autor treści: Wojciech Duch / Odnova Ducha

Dokument dotyczy formularza pobrania bezpłatnego poradnika, newslettera oraz związanych z nimi usług elektronicznych.

Obowiązuje od: 28 sierpnia 2026 r.

W skrócie

Poradnik jest bezpłatny. Podanie adresu e-mail służy jego dostarczeniu. Newsletter jest osobną usługą i wymaga dobrowolnej, uprzedniej zgody.

§ 1. Usługodawca

Usługodawcą jest DOMINO CATERING spółka z ograniczoną odpowiedzialnością, ul. Tadeusza Kościuszki 24, 33-300 Nowy Sącz, KRS 0000739592, NIP 7343560794, REGON 380720062 (dalej: „Usługodawca”).

Kontakt w sprawach dotyczących usług: kontakt@energialidera.pl.

Treści newslettera i materiałów mogą być publikowane i wysyłane pod nazwiskiem Wojciech Duch oraz marką Odnova Ducha. Podmiotem świadczącym usługę i odpowiedzialnym za jej obsługę pozostaje DOMINO CATERING sp. z o.o.

§ 2. Definicje

- Poradnik - bezpłatny materiał cyfrowy, w szczególności „7-dniowy Plan Talerza Energii”, udostępniany w formie pliku PDF lub linku do pobrania.
- Newsletter - nieodpłatna, okresowa usługa przesyłania wiadomości e-mail zawierających treści edukacyjne Wojciecha Ducha / Odnova Ducha, a także informacje o konsultacjach, programach, wydarzeniach i ofertach.
- Użytkownik - osoba korzystająca z formularza, pobierająca Poradnik lub zapisująca się do Newslettera.
- Formularz - elektroniczny formularz służący do podania adresu e-mail i zamówienia Poradnika oraz, opcjonalnie, wyrażenia zgody na Newsletter.

§ 3. Rodzaje i zakres usług

Usługodawca świadczy drogą elektroniczną następujące usługi:

- jednorazowe udostępnienie bezpłatnego Poradnika na adres e-mail podany w Formularzu lub poprzez wyświetlenie linku do pobrania,
- Newsletter - wyłącznie wobec osób, które odrębnie wyraziły na niego zgodę,
- obsługa wiadomości, pytań i reklamacji związanych z powyższymi usługami.

Pobranie Poradnika nie jest uzależnione od zapisu do Newslettera.

§ 4. Wymagania techniczne

Do korzystania z usług potrzebne są:

- urządzenie z dostępem do Internetu,
- aktualna przeglądarka internetowa,
- aktywny adres e-mail,
- program lub funkcja urządzenia pozwalająca otworzyć plik PDF - w przypadku Poradnika dostarczanego w tym formacie.

Użytkownik powinien korzystać z aktualnego oprogramowania i zabezpieczeń oraz nie podejmować działań, które mogłyby zakłócać funkcjonowanie formularza, serwisu lub systemu wysyłkowego.

§ 5. Zamówienie i dostarczenie Poradnika

- Aby otrzymać Poradnik, Użytkownik podaje co najmniej prawidłowy adres e-mail i wysyła Formularz.
- Imię może być wykorzystywane do personalizacji wiadomości, jeżeli Użytkownik je poda.
- Usługa zostaje zawarta w chwili skutecznego wysłania Formularza i jest wykonana poprzez udostępnienie Poradnika lub linku umożliwiającego jego pobranie.
- Jeżeli wiadomość z Poradnikiem nie dotrze, Użytkownik powinien sprawdzić folder spam/oferty, a następnie może skontaktować się z Usługodawcą pod adresem kontakt@energialidera.pl.
- Poradnik jest nieodpłatny. Podanie danych niezbędnych do jego dostarczenia nie oznacza automatycznego zapisu do Newslettera.

§ 6. Zapis do Newslettera

Zapis do Newslettera następuje wyłącznie po zaznaczeniu odrębnego, niezaznaczonego domyślnie pola zgody albo po wykonaniu innej jednoznacznej czynności potwierdzającej zapis.

- Newsletter może zawierać treści edukacyjne dotyczące żywienia, energii, regeneracji, nawyków i stylu życia oraz informacje o konsultacjach, programach, wydarzeniach i ofertach.
- Wiadomości mogą mieć charakter informacji handlowej lub marketingu bezpośredniego.
- Zgoda może zostać wycofana w każdym momencie, bez opłat.
- Rezygnacja może nastąpić poprzez link wypisu w wiadomości - jeżeli jest dostępny - lub poprzez wiadomość wysłaną na kontakt@energialidera.pl.
- Usługodawca może stosować mechanizm double opt-in, tj. dodatkowe potwierdzenie zapisu poprzez kliknięcie linku w wiadomości weryfikacyjnej.

§ 7. Zawarcie i rozwiązanie umowy o świadczenie usług elektronicznych

Umowa dotycząca jednorazowego dostarczenia Poradnika zostaje zawarta na czas potrzebny do wykonania tej usługi i kończy się z chwilą skutecznego udostępnienia materiału, z zastrzeżeniem praw związanych z reklamacją.

Umowa dotycząca Newslettera zostaje zawarta na czas nieoznaczony i może zostać rozwiązana przez Użytkownika w każdym momencie poprzez rezygnację z Newslettera. Usługodawca może zakończyć Newsletter albo usunąć nieaktywny lub nieprawidłowy adres z bazy, informując o tym użytkownika, jeśli jest to możliwe i zasadne.

§ 8. Zasady korzystania i treści bezprawne

Użytkownik nie może dostarczać za pośrednictwem Formularza, odpowiedzi e-mail ani innych kanałów związanych z usługą treści o charakterze bezprawnym, naruszających prawa osób trzecich, zawierających złośliwe oprogramowanie lub służących do zakłócania działania systemów Usługodawcy.

§ 9. Prawa autorskie

Poradnik, Newsletter i ich elementy są chronione prawem autorskim. Użytkownik może korzystać z materiałów na własny użytek oraz zachować ich kopię na swoich urządzeniach.

Bez odrębnej zgody nie jest dozwolone odpłatne rozpowszechnianie, sprzedawanie, publikowanie w całości pod własnym nazwiskiem, usuwanie oznaczeń autora ani wykorzystywanie materiałów w sposób sugerujący autorstwo osoby trzeciej. Dozwolone cytowanie odbywa się na zasadach prawa autorskiego z podaniem autora i źródła.

§ 10. Charakter edukacyjny materiałów

Ważne

Poradnik i Newsletter mają charakter edukacyjny i ogólny. Nie stanowią diagnozy, indywidualnego planu leczenia, porady lekarskiej ani indywidualnej porady dietetycznej. W razie chorób przewlekłych, ciąży, karmienia piersią, zaburzeń odżywiania, stosowania leków lub innych szczególnych potrzeb sposób żywienia powinien być ustalany indywidualnie z odpowiednim specjalistą.

Usługodawca nie gwarantuje określonego wyniku zdrowotnego, redukcji masy ciała ani innego efektu wynikającego z samego zapoznania się z materiałami. Rezultaty zależą od wielu indywidualnych czynników i sposobu zastosowania informacji.

§ 11. Reklamacje

Reklamacje dotyczące niedostarczenia Poradnika, działania Formularza lub Newslettera można składać na adres kontakt@energialidera.pl.

W reklamacji warto podać adres e-mail użyty w Formularzu, datę zdarzenia i krótki opis problemu. Usługodawca rozpatruje reklamację bez zbędnej zwłoki, co do zasady w terminie do 14 dni od jej otrzymania. Jeżeli do rozpatrzenia potrzebne są dodatkowe informacje, Usługodawca może poprosić o ich uzupełnienie.

§ 12. Dane osobowe

Zasady przetwarzania danych osobowych opisuje odrębna „Polityka prywatności i klauzula informacyjna RODO”.

Zgoda na Newsletter jest dobrowolna i nie jest warunkiem otrzymania Poradnika.

Użytkownik może wycofać zgodę na Newsletter w dowolnym momencie. Wycofanie zgody nie wpływa na zgodność z prawem wcześniejszego przetwarzania ani na wcześniejsze, prawidłowe dostarczenie Poradnika.

§ 13. Zmiany Regulaminu

Regulamin może zostać zmieniony w szczególności w razie zmiany przepisów, sposobu świadczenia usług, używanych narzędzi lub zakresu Newslettera. Zmiana nie narusza praw nabytych. Aktualna wersja będzie dostępna w miejscu, w którym publikowany jest Formularz lub link do Regulaminu.

§ 14. Postanowienia końcowe

W sprawach nieuregulowanych stosuje się przepisy prawa polskiego, w szczególności ustawę z 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną, RODO, ustawę z 12 lipca 2024 r. - Prawo komunikacji elektronicznej oraz - w zakresie, w jakim ma zastosowanie - ustawę z 30 maja 2014 r. o prawach konsumenta.

Regulamin wchodzi w życie 28 sierpnia 2026 r..

§ 15. Dostępność Regulaminu

Regulamin jest udostępniany nieodpłatnie przed skorzystaniem z usługi w sposób umożliwiający jego pobranie, zapisanie, odtworzenie i wydrukowanie. Użytkownik może zachować kopię Regulaminu na swoim urządzeniu.

§ 16. Kontakt i pomoc

Pytania dotyczące działania Formularza, dostępu do Poradnika, Newslettera lub treści Regulaminu można kierować na adres kontakt@energialidera.pl. W sprawach dotyczących danych osobowych zastosowanie ma Polityka prywatności i klauzula informacyjna RODO.

Dane Usługodawcy

DOMINO CATERING sp. z o.o.

ul. Tadeusza Kościuszki 24, 33-300 Nowy Sącz

KRS 0000739592 | NIP 7343560794 | REGON 380720062

kontakt@energialidera.pl

Podstawa prawna: ustawa z 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną, Rozporządzenie (UE) 2016/679 (RODO), ustawa z 12 lipca 2024 r. - Prawo komunikacji elektronicznej oraz - w zakresie właściwym dla danej usługi - ustawa z 30 maja 2014 r. o prawach konsumenta.