POLITYKA PLIKÓW COOKIES

Human For Human

Wersja z dnia 28 października 2026 r.

Dokument uzupełnia Politykę prywatności (humanforhuman.pl/polityka-prywatnosci).

Wstęp

Niniejsza Polityka plików cookies („Polityka") wyjaśnia, w jaki sposób platforma Human For Human, prowadzona przez Mental Online sp. z o.o. z siedzibą w Katowicach (40-007), ul. Uniwersytecka 13, KRS 0001217435, NIP 9542901483, REGON 543742630 („Usługodawca", „My"), wykorzystuje pliki cookies i podobne technologie podczas korzystania z Platformy pod adresem humanforhuman.pl.

Zasady przetwarzania danych osobowych w szerszym zakresie opisuje Polityka prywatności, dostępna pod adresem humanforhuman.pl/polityka-prywatnosci, której niniejszy dokument stanowi uzupełnienie.

Nasze zobowiązanie wobec treści, którymi się z nami dzielisz

Human For Human dotyczy obszaru zdrowia psychicznego i rozwoju osobistego. Zdajemy sobie sprawę, że treść, którą wpisujesz w Formularzu dopasowania, w formularzu rezerwacji Sesji lub w czacie ze Specjalistą, może mieć bardzo osobisty, a niekiedy wrażliwy charakter.

Dlatego żadna technologia śledząca opisana w niniejszej Polityce — cookies analityczne, marketingowe ani żadne inne — nie jest powiązana z treścią Twojego zapytania w Formularzu dopasowania, treścią rezerwacji, treścią korespondencji ze Specjalistą ani przebiegiem Sesji. Dane te przetwarzane są w odrębnym, zabezpieczonym obiegu opisanym w Polityce prywatności i nie zasilają żadnych mechanizmów reklamowych, profilowania marketingowego ani statystyk udostępnianych podmiotom trzecim.

Aby to zagwarantować, narzędzia analityczne i marketingowe, jeżeli zostaną wdrożone, nie będą ładowane na stronach Formularza dopasowania, rezerwacji Sesji ani czatu ze Specjalistą. Obecnie takich narzędzi podmiotów trzecich na Platformie nie ma.

§ 1. Definicje

1. Cookies (ciasteczka) — niewielkie pliki tekstowe zapisywane przez przeglądarkę internetową na urządzeniu Użytkownika podczas korzystania z Platformy, odczytywane przy kolejnych wizytach przez serwer, który je utworzył.
2. Technologie podobne — inne mechanizmy przechowujące informacje na urządzeniu Użytkownika lub pozwalające na jego rozpoznanie, w tym local storage, session storage, pamięć podręczna przeglądarki (cache), skrypty Service Worker (aplikacja PWA) oraz sygnalizatory (piksele śledzące, web beacony).
3. Cookies własne (first-party) — pliki zapisywane bezpośrednio przez domenę humanforhuman.pl.
4. Cookies podmiotów trzecich (third-party) — pliki zapisywane przez dostawców zewnętrznych narzędzi wykorzystywanych na Platformie (np. narzędzia analityczne).
5. Administrator / Usługodawca / My — Mental Online sp. z o.o., dane jak we Wstępie.
6. Użytkownik / Ty — każda osoba korzystająca z Platformy.

§ 2. Czym są pliki cookies i do czego służą

1. Pliki cookies pozwalają Platformie „zapamiętać" Twoje działania i preferencje (np. status zalogowania, wybrany kontekst Klient/Firma, zawartość koszyka) przez określony czas, dzięki czemu nie musisz podawać ich ponownie przy każdej wizycie lub przejściu między podstronami.
2. Cookies same w sobie nie umożliwiają identyfikacji Twojej tożsamości — parametry zapisane w pliku cookie mogą zostać odczytane wyłącznie przez serwer, który je utworzył.

3. Platforma korzysta również z technologii lokalnego przechowywania danych w przeglądarce (local/session storage) w celach analogicznych do plików cookies. Przechowujemy tam ustawienia interfejsu oraz szkic opisu wpisywanego w Formularzu dopasowania, który może zawierać informacje o Twoim zdrowiu; szkic jest usuwany po zamknięciu karty lub wylogowaniu i służy wyłącznie temu, abyś nie utracił wpisanego tekstu.
4. **Ustawienia wybrane przez Ciebie.** W pamięci przeglądarki (w plikach cookies lub w local storage) zapisujemy także informacje, które odzwierciedlają Twój wybór i są niezbędne do wykonania Twojego żądania, w szczególności: informację o zamknięciu okna informacyjnego (pop-upu) wraz z wybraną opcją („pokaż raz" albo „nie pokazuj przez 7 dni") oraz ustawiony przez Ciebie poziom głośności odtwarzacza. Zapisujemy je dopiero po wykonaniu przez Ciebie odpowiedniej czynności (zamknięciu okna, zmianie głośności), przechowujemy tylko tak długo, jak wynika z wybranej opcji (w przypadku opcji „pokaż raz" — nie dłużej niż 12 miesięcy), nie zawierają one identyfikatora Użytkownika i nie służą do statystyk ani do marketingu. Takie zapisywanie jest niezbędne do świadczenia usługi, o którą prosisz, dlatego jako wyjątek przewidziany w art. 399 Prawa komunikacji elektronicznej nie wymaga zgody; bez niego okno informacyjne wyświetlałoby się przy każdej wizycie, mimo że prosisz, by go nie pokazywać.
5. **Pamięć podręczna i aplikacja PWA.** Platforma może działać także jako aplikacja przeglądarkowa (PWA). W tym celu przeglądarka zapisuje na Twoim urządzeniu, w pamięci podręcznej (cache), pliki niezbędne do działania Platformy, takie jak skrypty, style, grafiki, ikony i czcionki, aby strony ładowały się szybciej, a podstawowe elementy interfejsu były dostępne także przy słabym połączeniu. Zapisywane są wyłącznie zasoby techniczne bieżącej wersji Platformy. Nie zapisujemy w pamięci podręcznej treści Twoich zapytań, rezerwacji, wiadomości, danych Konta ani zapisu Sesji, a pamięć ta nie służy do rozpoznawania Cię ani do analityki. Takie przechowywanie jest niezbędne do świadczenia usługi, o którą prosisz (uruchomienia i działania aplikacji), i nie wymaga zgody. Pamięć podręczną możesz w każdej chwili usunąć w ustawieniach przeglądarki lub urządzenia, a aplikację PWA odinstalować; może to chwilowo spowolnić ładowanie Platformy.

§ 3. Jakie rodzaje cookies wykorzystujemy

Wykaz dostawców zewnętrznych narzędzi wraz z odnośnikami do ich polityk prywatności znajduje się w Załączniku do niniejszej Polityki. Poza nimi stosujemy własne liczniki statystyk (np. odsłon wpisów na blogu), które — wyłącznie po wyrażeniu przez Ciebie zgody na cookies analityczne — zapisują na urządzeniu krótkotrwałe pliki cookies (np. h2h_pv_… na 26 godzin i h2h-blog-seen na 24 godziny) niezawierające adresu IP ani identyfikatora Konta; po stronie serwera adres IP jest przekształcany w skrót (hash) z dodatkową wartością tajną. Używamy też monitoringu błędów Sentry, który nie zapisuje niczego w Twojej przeglądarce i nie otrzymuje adresu IP, oraz monitoringu metryk serwerów (Grafana, Prometheus) na naszej infrastrukturze. Na Platformie nie stosujemy fingerprintingu.

Rodzaj	Opis
Własne (first-party)	Zapisywane bezpośrednio przez Platformę — obsługa logowania, koszyka, preferencji interfejsu
Podmiotów trzecich (third-party)	Zapisywane przez zewnętrznych dostawców narzędzi zintegrowanych z Platformą (np. analityka ruchu, obsługa płatności, wideo)

Kategoria	Cel	Wymaga zgody?
Niezbędne	Umożliwiają podstawowe funkcjonowanie Platformy: logowanie i utrzymanie sesji, obsługa koszyka i checkoutu, bezpieczeństwo (ochrona przed nadużyciami, np. botami w Formularzu dopasowania), zapamiętanie zgody na cookies, zapamiętanie Twojego wyboru wprowadzonego na Twoje żądanie (np. zamknięcie okna informacyjnego, głośność odtwarzacza) oraz pamięć podręczna aplikacji PWA (§ 2 ust. 4 i 5)	Nie — wyjątek przewidziany w art. 399 Prawa komunikacji elektronicznej; podstawa: art. 6 ust. 1 lit. f RODO (uzasadniony interes w zapewnieniu działania Platformy); nie można ich wyłączyć bez utraty podstawowej funkcjonalności

Kategoria	Cel	Wymaga zgody?
Funkcjonalne	Zapamiętanie wybranych preferencji, które nie są niezbędne do świadczenia żądanej usługi	Tak — zgoda
Analityczne / statystyczne	Analiza sposobu korzystania z Platformy (odwiedzane podstrony, czas spędzony, ścieżki nawigacji) w celu poprawy jej działania i użyteczności	Tak — zgoda
Marketingowe	Dopasowanie treści promocyjnych i pomiar skuteczności działań marketingowych Platformy	Tak — zgoda

§ 4. Podstawy prawne

1. Wykorzystanie cookies niezbędnych do świadczenia usługi drogą elektroniczną odbywa się na podstawie art. 6 ust. 1 lit. f RODO (uzasadniony interes Administratora) w związku z art. 399 ustawy z dnia 12 lipca 2024 r. Prawo komunikacji elektronicznej, który zwalnia tę kategorię z obowiązku uzyskania zgody.
2. Wykorzystanie cookies funkcjonalnych, analitycznych i marketingowych odbywa się wyłącznie na podstawie Twojej dobrowolnej zgody (art. 6 ust. 1 lit. a RODO w związku z art. 399 Prawa komunikacji elektronicznej), wyrażanej za pośrednictwem banera/panelu ustawień cookies opisanego w § 6.

§ 5. Okres przechowywania

1. Cookies sesyjne — przechowywane do czasu zamknięcia przeglądarki lub zakończenia sesji na Platformie (np. utrzymanie stanu logowania podczas jednej wizyty).
2. Cookies trwałe — przechowywane przez określony czas lub do ich ręcznego usunięcia przez Użytkownika; okres ten różni się w zależności od celu i wynosi zazwyczaj od kilku dni (preferencje interfejsu) do 24 miesięcy (np. zapamiętanie zgody na cookies).
3. Szczegółowe okresy ważności poszczególnych plików cookies dostępne są w panelu ustawień cookies na Platformie.

§ 6. Zarządzanie zgodą

1. Przy pierwszej wizycie na Platformie wyświetlany jest baner informujący o wykorzystywaniu plików cookies, umożliwiający: akceptację wszystkich cookies, odrzucenie cookies innych niż niezbędne oraz przejście do szczegółowego panelu ustawień, w którym możesz wyrazić zgodę osobno dla każdej kategorii opisanej w § 3. Przyciski akceptacji i odrzucenia cookies innych niż niezbędne są prezentowane w równorzędny sposób, a zgoda nie jest domniemana z samego korzystania z Platformy ani z ustawień przeglądarki.
2. Panel ustawień cookies jest dostępny w dowolnym momencie za pośrednictwem linku w stopce Platformy — możesz w każdej chwili zmienić lub wycofać wcześniej udzieloną zgodę.
3. Wycofanie zgody nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania dokonanego na jej podstawie przed wycofaniem.
4. Brak zmiany ustawień przeglądarki oznacza, że cookies mogą zostać zamieszczone na Twoim urządzeniu zgodnie z wyborem dokonanym w banerze/panelu ustawień.

§ 7. Zarządzanie cookies w przeglądarce

Niezależnie od panelu ustawień cookies na Platformie, możesz zarządzać plikami cookies bezpośrednio w ustawieniach swojej przeglądarki — w tym zablokować ich zapisywanie lub usunąć już zapisane pliki. Może to jednak ograniczyć niektóre funkcje Platformy, w tym utrzymanie sesji logowania.

Na urządzeniach mobilnych (iOS/Android) dodatkowe ograniczenia śledzenia reklamowego dostępne są w ustawieniach systemowych prywatności danego urządzenia.

Przeglądarka	Gdzie znaleźć ustawienia cookies
Google Chrome	Ustawienia → Prywatność i bezpieczeństwo → Pliki cookie i inne dane witryn
Mozilla Firefox	Ustawienia → Prywatność i bezpieczeństwo → Ciasteczka i dane stron
Safari	Preferencje → Prywatność → Zarządzaj danymi witryn
Microsoft Edge	Ustawienia → Pliki cookie i uprawnienia witryn

§ 8. Cookies marketingowe podmiotów trzecich — dodatkowe narzędzia kontroli

Jeżeli i w zakresie, w jakim Platforma wykorzystuje cookies marketingowe podmiotów trzecich (Załącznik), dodatkowo będziesz mógł/mogła zarządzać preferencjami reklamowymi za pośrednictwem niezależnych narzędzi branżowych. Poniższe adresy służą do zarządzania preferencjami reklamowymi:

1. youronlinechoices.eu,
2. networkadvertising.org,
3. aboutads.info.

§ 9. Zmiany Polityki cookies

1. Zastrzegamy sobie prawo do zmiany niniejszej Polityki, w szczególności w związku z wdrożeniem nowych narzędzi lub zmianą przepisów prawa.
2. O istotnych zmianach poinformujemy poprzez komunikat na Platformie, a w przypadku zmian wpływających na zakres przetwarzanych danych osobowych — z odpowiednim wyprzedzeniem, zgodnie z zasadami opisanymi w Polityce prywatności.
3. Aktualna wersja Polityki jest zawsze dostępna pod adresem humanforhuman.pl/polityka-cookies.

§ 10. Kontakt

W sprawach dotyczących niniejszej Polityki możesz skontaktować się z nami pod adresem e-mail rodo@humanforhuman.pl lub listownie: Mental Online sp. z o.o., ul. Uniwersytecka 13, 40-007 Katowice, z dopiskiem „Pliki cookies".

Załącznik — Wykaz dostawców zewnętrznych narzędzi

Wykaz jest aktualizowany wraz ze zmianą narzędzi stosowanych na Platformie, zgodnie z § 9.

Kategoria narzędzia	Dostawca	Cel	Link do polityki prywatności dostawcy
Hosting / infrastruktura	Cyberfolks sp. z o.o.	Utrzymanie działania Platformy	**Polityka prywatności dostępna na stronie dostawcy (cyberfolks.pl)**
Płatności	Meest Transfer sp. z o.o.	Obsługa transakcji (niezależny administrator danych płatniczych)	**Regulamin i polityka prywatności Meest Transfer, udostępniane przy każdej płatności**
Kampanie mailingowe, newsletter i wiadomości systemowe	**Resend (podmiot przetwarzający)**	Wysyłka wiadomości marketingowych za zgodą, pomiar otwarć	**resend.com/legal/privacy-policy**

Kategoria narzędzia	Dostawca	Cel	Link do polityki prywatności dostawcy
Monitoring błędów	Sentry (serwery w UE)	Wykrywanie błędów serwera i przeglądarki (narzędzie techniczne, nie marketingowe); nie zapisuje cookies ani danych w pamięci przeglądarki i nie otrzymuje adresu IP	**sentry.io/privacy**
Połączenia wideo	Daily (Daily.co) (podmiot przetwarzający)	Obsługa połączeń wideo w Sesjach online (przesyłanie obrazu i dźwięku, dane techniczne połączenia); narzędzie niezbędne do świadczenia usługi, nie marketingowe	**daily.co/privacy**
Powiadomienia push	**Mechanizm przeglądarki (dostawca przeglądarki obsługuje kanał dostarczania)**	Powiadomienia przeglądarkowe wysyłane za Twoją zgodą i po zezwoleniu wydanym w przeglądarce	**Polityka prywatności dostawcy Twojej przeglądarki**
Uwierzytelnianie	Supabase	Utrzymanie sesji logowania	supabase.com/privacy
Mapy	OpenStreetMap	Wyświetlanie map przy wyszukiwaniu gabinetów; adres IP trafia do dostawcy map	wiki.osmfoundation.org/wiki/Privacy_Policy