



Ν Ο Μ Ι Κ Ο Ε Γ Γ Ρ Α Φ Ο

Πολιτική Απορρήτου

Προστασία Προσωπικών Δεδομένων · GDPR

Έκδοση · Ημερομηνία

v1.0 · 10 Μαΐου 2026

01 Εισαγωγή

Η παρούσα Πολιτική Απορρήτου περιγράφει τον τρόπο με τον οποίο η εταιρεία NOUSGYM ΕΕ, η οποία λειτουργεί το brand Humera (στο εξής «εμείς», «η εταιρεία» ή «Humera»), συλλέγει, χρησιμοποιεί και προστατεύει τα προσωπικά δεδομένα των επισκεπτών και των χρηστών της ιστοσελίδας και των υπηρεσιών της.

Η Humera είναι ένα B2B brand που παρέχει εκπαίδευση και ψυχολογική υποστήριξη σε οργανισμούς, μέσα από εκπαιδευτικά προγράμματα, ομαδικές συνεδρίες ανάπτυξης, manager's training και ατομικές συνεδρίες ψυχολογικής υποστήριξης (μέσω της πλατφόρμας NousGym).

Σεβόμαστε τα προσωπικά σας δεδομένα και δεσμευόμαστε να τα προστατεύουμε σύμφωνα με τον Γενικό Κανονισμό Προστασίας Δεδομένων (ΕΕ) 2016/679 (GDPR), τον Ν. 4624/2019 και τη λοιπή ισχύουσα ελληνική και ευρωπαϊκή νομοθεσία.

Στοιχεία Υπεύθυνου Επεξεργασίας

- ▶ **Επωνυμία:** NOUSGYM ΕΕ
- ▶ **Υπηρεσία:** Humera
- ▶ **Έδρα:** Μουργκάνας 6, Αιγάλεω, Τ.Κ. 12241
- ▶ **Email επικοινωνίας:** info@humera.gr
- ▶ **Ιστοσελίδα:** www.humera.gr

02 Δεδομένα που Συλλέγουμε

Συλλέγουμε μόνο τα δεδομένα που είναι απαραίτητα για την επικοινωνία μαζί σας και την παροχή των υπηρεσιών μας.

2.1 Δεδομένα που μας παρέχετε εσείς

Μέσω της φόρμας επικοινωνίας στην ιστοσελίδα μας:

- ▶ Ονοματεπώνυμο
- ▶ Διεύθυνση email
- ▶ Αριθμός τηλεφώνου
- ▶ Επωνυμία εταιρείας ή οργανισμού
- ▶ Θέση εργασίας ή ρόλος εντός του οργανισμού

- ▶ Περιεχόμενο μηνύματος και τυχόν επιπλέον πληροφορίες που επιλέγετε να μας παρέχετε

2.2 Δεδομένα που συλλέγονται αυτόματα

Όταν επισκέπτεστε την ιστοσελίδα μας, ενδέχεται να συλλέγονται αυτόματα ορισμένα τεχνικά δεδομένα:

- ▶ Διεύθυνση IP
- ▶ Τύπος και έκδοση φυλλομετρητή (browser)
- ▶ Λειτουργικό σύστημα συσκευής
- ▶ Σελίδες που επισκεφθήκατε και χρόνος παραμονής
- ▶ Πηγή προέλευσης (referrer URL)

Σημείωση. Η Humera δεν συλλέγει συνειδητά ευαίσθητα δεδομένα ειδικών κατηγοριών (άρθρο 9 GDPR) μέσω της φόρμας επικοινωνίας. Παρακαλούμε αποφύγετε να συμπεριλαμβάνετε τέτοιες πληροφορίες στο μήνυμά σας. Δεδομένα που σχετίζονται με ατομικές συνεδρίες ψυχολογικής υποστήριξης συλλέγονται και επεξεργάζονται εντός της πλατφόρμας NousGym, υπό τη δική της Πολιτική Απορρήτου (nousgym.gr/politiki-aporritou).

03 Αποδέκτες Δεδομένων / Τρίτα Μέρη

Τα προσωπικά σας δεδομένα δεν πωλούνται και δεν παραχωρούνται σε τρίτους για εμπορικούς σκοπούς. Ενδέχεται όμως να κοινοποιούνται σε προσεκτικά επιλεγμένους εκτελούντες την επεξεργασία, οι οποίοι ενεργούν αποκλειστικά κατ' εντολή μας και υπό αυστηρές συμβατικές υποχρεώσεις εμπιστευτικότητας.

3.1 Πάροχοι λογισμικού και υποδομής

- ▶ **GoHighLevel** (CRM / διαχείριση επικοινωνίας) — HighLevel Inc., ΗΠΑ. Η διαβίβαση γίνεται με Τυποποιημένες Συμβατικές Ρήτρες (Standard Contractual Clauses) της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, σύμφωνα με τα άρθρα 44–49 GDPR.
- ▶ **NousGym** (πλατφόρμα ατομικών συνεδριών) — η ψηφιακή πλατφόρμα της Εταιρείας μέσω της οποίας πραγματοποιείται η αντιστοίχιση εργαζομένων με ψυχολόγους και η διεξαγωγή των ατομικών συνεδριών. Η επεξεργασία δεδομένων εντός της πλατφόρμας NousGym διέπεται από τη δική της Πολιτική Απορρήτου.

04 Διάρκεια Διατήρησης Δεδομένων

Διατηρούμε τα προσωπικά σας δεδομένα μόνο για όσο διάστημα είναι απαραίτητο για τους σκοπούς που περιγράφονται παραπάνω:

- ▶ **Υποβολές μέσω φόρμας επικοινωνίας:** έως 2 έτη από την τελευταία επικοινωνία, ή για όσο διάστημα διαρκεί η επαγγελματική συνεργασία.

Μετά τη λήξη του χρόνου διατήρησης, τα δεδομένα διαγράφονται με ασφάλεια ή ανωνυμοποιούνται.

05 Τα Δικαιώματά Σας

Σύμφωνα με τα άρθρα 15-22 του GDPR, έχετε τα ακόλουθα δικαιώματα σχετικά με τα προσωπικά σας δεδομένα:

- ▶ **Δικαίωμα πρόσβασης (άρθρο 15):** να ζητήσετε αντίγραφο των δεδομένων που διατηρούμε για εσάς.
- ▶ **Δικαίωμα διόρθωσης (άρθρο 16):** να ζητήσετε διόρθωση ανακριβών ή ελλιπών δεδομένων.
- ▶ **Δικαίωμα διαγραφής / «δικαίωμα στη λήθη» (άρθρο 17):** να ζητήσετε τη διαγραφή των δεδομένων σας, εφόσον δεν συντρέχει νομική υποχρέωση διατήρησης.
- ▶ **Δικαίωμα περιορισμού της επεξεργασίας (άρθρο 18):** να ζητήσετε τον περιορισμό της επεξεργασίας υπό συγκεκριμένες προϋποθέσεις.
- ▶ **Δικαίωμα φορητότητας (άρθρο 20):** να λάβετε τα δεδομένα σας σε δομημένη, αναγνώσιμη μορφή και να τα μεταφέρετε σε άλλον υπεύθυνο επεξεργασίας.
- ▶ **Δικαίωμα εναντίωσης (άρθρο 21):** να εναντιωθείτε στην επεξεργασία που βασίζεται σε έννομο συμφέρον ή για σκοπούς απευθείας εμπορικής προώθησης.
- ▶ **Δικαίωμα ανάκλησης συγκατάθεσης:** να ανακαλέσετε ανά πάσα στιγμή τη συγκατάθεσή σας, χωρίς να επηρεάζεται η νομιμότητα της προηγούμενης επεξεργασίας.

Πώς ασκείτε τα δικαιώματά σας

Μπορείτε να ασκήσετε τα παραπάνω δικαιώματα στέλνοντάς μας email στη διεύθυνση info@humera.gr. Θα απαντήσουμε στο αίτημά σας εντός ενός (1) μηνός, με δυνατότητα παράτασης δύο (2) επιπλέον μηνών για ιδιαίτερα πολύπλοκα αιτήματα.

Δικαίωμα καταγγελίας

Εάν θεωρείτε ότι η επεξεργασία των δεδομένων σας παραβιάζει τη νομοθεσία, έχετε το δικαίωμα να υποβάλετε καταγγελία στην **Αρχή Προστασίας Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα (ΑΠΔΠΧ)**:

- ▶ Διεύθυνση: Λεωφ. Κηφισίας 1-3, 11523 Αθήνα
- ▶ Τηλέφωνο: +30 210 6475600
- ▶ Email: contact@dpa.gr
- ▶ Ιστοσελίδα: www.dpa.gr

06 Cookies

Η ιστοσελίδα μας χρησιμοποιεί cookies για να βελτιώσει την εμπειρία σας και να αναλύσει την επισκεψιμότητα. Διακρίνουμε τις ακόλουθες κατηγορίες:

- **Τεχνικά απαραίτητα cookies:** απαραίτητα για τη λειτουργία της σελίδας. Δεν απαιτούν συγκατάθεση.
- **Cookies στατιστικής ανάλυσης (Google Analytics):** μας βοηθούν να κατανοήσουμε πώς χρησιμοποιείται η ιστοσελίδα. Απαιτούν τη συγκατάθεσή σας.
- **Cookies marketing (Meta Pixel κ.λπ.):** για στοχευμένη προβολή περιεχομένου. Απαιτούν τη συγκατάθεσή σας.

Μπορείτε να διαχειριστείτε τις προτιμήσεις σας ή να αποσύρετε τη συγκατάθεσή σας ανά πάσα στιγμή μέσω του εργαλείου διαχείρισης cookies στην ιστοσελίδα μας ή απενεργοποιώντας τα cookies από τις ρυθμίσεις του φυλλομετρητή σας.

07 Ασφάλεια Δεδομένων

Λαμβάνουμε κατάλληλα τεχνικά και οργανωτικά μέτρα για την προστασία των δεδομένων σας από μη εξουσιοδοτημένη πρόσβαση, απώλεια, αλλοίωση ή κοινοποίηση. Τα μέτρα αυτά περιλαμβάνουν κρυπτογράφηση επικοινωνιών (SSL/TLS), περιορισμένη πρόσβαση σε εξουσιοδοτημένο προσωπικό, τακτικά αντίγραφα ασφαλείας και υπογεγραμμένες συμβάσεις επεξεργασίας με όλους τους εκτελούντες την επεξεργασία.

08 Επικοινωνία

Για οποιαδήποτε ερώτηση σχετικά με την παρούσα Πολιτική Απορρήτου ή την επεξεργασία των δεδομένων σας, μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας:

- ▶ **Email:** info@humera.gr
- ▶ **Διεύθυνση:** Μουργκάνας 6, Αιγάλεω, Τ.Κ. 12241

09 Τροποποιήσεις της Πολιτικής

Διατηρούμε το δικαίωμα να τροποποιούμε την παρούσα Πολιτική Απορρήτου ανά διαστήματα, ώστε να αντανακλά αλλαγές στις πρακτικές μας ή στη νομοθεσία. Οποιαδήποτε αλλαγή θα δημοσιεύεται στην παρούσα σελίδα με ενημερωμένη ημερομηνία. Σας προτρέπουμε να επανεξετάζετε περιοδικά την Πολιτική.

Τελευταία ενημέρωση · 10 Μαΐου 2026 · Έκδοση 1.0