

~1~ Świadczone usługi

Pierwsza konsultacja diagnostyczna ma na celu ocenę stanu odżywienia i zdrowia Pacjenta. Podczas konsultacji przeprowadzana jest analiza składu ciała. Ciężar ciała, współczynnik *body mass index* (BMI), zawartość tkanki tłuszczowej, wody, masa mięśni i zapotrzebowanie na kalorie są obliczane za pomocą profesjonalnego analizatora składu ciała TANITA BC-418. Na podstawie różnicy impedancji, dowiadujemy się o dokładnym rozmieszczeniu tkanki tłuszczowej w organizmie. Dietetyk dodatkowo może zmierzyć obwód talii i bioder Pacjenta. Pacjent otrzymuje wydruk zawierający wszystkie dane pomiaru. Dietetyk analizuje dotychczasowe nawyki oraz wskazuje popełniane błędy żywieniowe. Pacjent otrzymuje ogólne zalecenia dietetyczne.

Konsultacja diagnostyczna on-line odbywa się poprzez rozmowę telefoniczną lub z wykorzystaniem aplikacji WhatsApp. Ma na celu ocenę stanu odżywienia i zdrowia Pacjenta. Podczas konsultacji przeprowadzany jest wywiad żywieniowy i zdrowotny. Dietetyk analizuje dotychczasowe nawyki oraz wskazuje popełniane błędy żywieniowe. Pacjent otrzymuje ogólne zalecenia dietetyczne.

Konsultacje kontrolne odbywają się z częstotliwością ustaloną indywidualnie z dietetykiem prowadzącym (zazwyczaj co około 1-3 tyg.). Podczas konsultacji dokonywany jest pomiar masy i składu ciała za pomocą analizatora. Każda wizyta kontrolna pozwala dietetykowi kontrolować przebieg kuracji dietetycznej, np. czy strata ciężaru ciała jest związana ze zmniejszeniem ilości tłuszczu czy ilości wody w organizmie, a osoby aktywne fizycznie mogą zweryfikować, czy zgodnie z planem treningowym zwiększyła się masa mięśniowa, a jeśli tak to w jakich partiach ciała. Na wizycie kontrolnej Pacjent może zgłosić czy jadłospis jest odpowiednio dopasowany, a przepisy smaczne i wygodne w przyrządzeniu.

Konsultacje kontrolne on-line odbywają się poprzez rozmowę telefoniczną lub z wykorzystaniem aplikacji WhatsApp. Mają na celu ocenę przebiegu kuracji dietetycznej. Pacjent może zgłosić czy jadłospis jest odpowiednio dopasowany, a przepisy smaczne i wygodne w przyrządzeniu.

Indywidualny plan żywieniowy (jadłospis) Podczas konsultacji diagnostycznych (pierwszej lub on-line) dietetyk ustala założenia do indywidualnego planu żywieniowego. Ze względu na dopasowanie jadłospisu do trybu życia, godzin pracy, przyzwyczajeń żywieniowych, zapotrzebowania na kalorie, oczekiwanej „wymarzonej” masy ciała, a także chorób towarzyszących i wiele innych czynników, indywidualny plan żywieniowy jest do odbioru najwcześniej w następnym tygodniu po pierwszej wizycie diagnostycznej. Diety odchudzające ułożone są w taki sposób, aby Pacjent nie tracił więcej niż 0,5-1,5 kg tygodniowo. Propagujemy zdrowe odżywianie i odchudzanie. Warunkiem otrzymania indywidualnego planu żywieniowego jest:

- dostarczenie w umówionym terminie wyników badań laboratoryjnych krwi zleconych przez dietetyka,
- dostanie w umówionym terminie propozycji posiłków, które mają zostać uwzględnione w jadłospisie,
- wpłacenie zadatku (min. 50 % wartości jadłospisu) w dniu zlecenia i dopłata reszty kwoty w dniu odbioru.

Cena jadłospisu zawiera jedną korektę. Na życzenie Pacjenta korekta indywidualnego planu żywieniowego może być wysłana na e-mail lub odebrana osobiście w formie papierowej.

Dieta on-line jest przygotowywana na podstawie ankiety on-line. Ankiety otrzymuje Pacjent na podany przez niego adres e-mail. Po rzetelnym wypełnieniu ankiety on-line Pacjent odsyła ją na adres e-mailowy: kontakt@dietetykjastrzebie.pl. Dieta on-line jest gotowa najwcześniej w następnym tygodniu po odesłaniu do dietetyka ankiety on-line. Dietę on-line Pacjent otrzymuje na podany przez niego adres e-mail w formie pliku pdf. Warunkiem otrzymania diety on-line jest:

- dostanie w umówionym terminie wyników badań laboratoryjnych krwi zleconych przez dietetyka,
- dostanie w umówionym terminie ankiety on-line,
- wpłacenie całej kwoty za dietę najpóźniej w dniu odesłania wypełnionej ankiety on-line.

Na życzenie i dla wygody Pacjenta ankieta może być przeprowadzona poprzez rozmowę telefoniczną lub z wykorzystaniem aplikacji WhatsApp w umówionym wcześniej terminie, za dodatkową opłatą. Cena diety on-line zawiera jedną korektę.

Analiza składu ciała ma na celu wykonanie następujących pomiarów: ciężaru ciała, współczynnika *body mass index* (BMI), zawartości tkanki tłuszczowej, wody, masy mięśni i zapotrzebowania na kalorie. Do analizy składu ciała używany jest profesjonalny analizator składu ciała TANITA BC-418. Na podstawie różnicy impedancji, dowiadujemy się o dokładnym rozmieszczeniu tkanki tłuszczowej w organizmie. Dietetyk może dodatkowo zmierzyć obwód talii i bioder Pacjenta. Pacjent otrzymuje wydruk zawierający wszystkie dane pomiaru. Zwyczajowo analiza składu ciała jest powtarzana co 2-4 tyg. – w zależności od potrzeb Pacjenta.

~2~ Zamawianie usług

Usługę można zarezerwować:

- osobiście w placówce Centrum Dietetycznego mgr inż. Aleksandra Grudniewska (Jastrzębie-Zdrój 44-335, ul. Harcerska 2A),
- telefonicznie pod nr telefonu 883 131 245,
- drogą elektroniczną wysyłając zgłoszenie na adres e-mail: kontakt@dietetykjastrzebie.pl lub kontaktując się przez aplikację Messenger lub WhatsApp,
- dokonując rezerwacji na stronie internetowej www.dietetykjastrzebie.pl/

Jeśli Pacjent chciałby przełożyć usługę na inny termin (maksymalnie o 8 tygodni później) proszony jest o powiadomienie o tym fakcie telefonicznie, e-mailowo, za pomocą aplikacji Messenger lub WhatsApp lub przez stronę internetową z co najmniej z 2-dniowym wyprzedzeniem (**pełne 2 dni**), w przeciwnym wypadku usługa uznana zostaje za odbytą i nie zwracamy wpłaconej kwoty.

W wyjątkowych sytuacjach, takich jak sytuacje losowe, wypadające w dni wolne od pracy prosimy o kontakt SMS, wówczas sytuacja zostanie rozpatrzona indywidualnie.

~3~ Ochrona prywatności

Klauzula informacyjna dotycząca przetwarzania danych osobowych Pacjentów została ujęta w załączniku nr 1 do niniejszego regulaminu.

~4~ System płatności

Zamówienie i odbiór indywidualnego planu żywieniowego wymaga wpłacenia zadatku w wysokości min. 50 % wartości jadłospisu i uregulowania reszty zobowiązania za jadłospis w dniu jego odbioru.

Zamówienie i otrzymanie diety on-line wymaga wpłacenia całości zobowiązania za dietę najpóźniej w dniu odesłania do dietetyka wypełnionego kwestionariusza ankiety on-line (lub ankiety przeprowadzonej poprzez rozmowę telefoniczną).

Konsultacje dietetyczne i analiza składu ciała płatne są z góry. Wcześniejsze opłacenie tychże usług umożliwi dokonanie rezerwacji terminu. Przelew bankowy należy wykonać w ciągu **2 dni** od dnia rezerwacji terminu usługi. Po tym czasie nieopłacone rezerwacje terminów zostają anulowane. W razie problemów z dotrzymaniem terminu, prosimy o indywidualny **kontakt telefoniczny**.

Przyjmujemy płatności gotówką, kartą płatniczą, przelewem bankowym, PayPal oraz PayU. Przelew bankowy prosimy wykonywać na podany numer konta bankowego: ING Bank Śląski, Nr konta: 81 1050 1214 1000 0090 8544 3704; Grudniewska & Company Sp. z o.o., ul. Odrowążów 9/3, 40-422 Katowice. W tytule przelewu prosimy o podanie imienia i nazwiska Pacjenta.

~5~ Cennik

Cennik usług został ujęty w załączniku nr 2 do niniejszego regulaminu i jest dostępny na stronie internetowej pod adresem: www.dietetykjastrzebie.pl/. Ceny zawarte w cenniku mogą ulec zmianie. Aktualizacja cen dokonywana jest na stronie internetowej. Informacje o bieżących cenach można uzyskać również u pracowników Centrum Dietetycznego pod nr telefonu 883 131 245

Rabat na indywidualne jadłospisy w wysokości 10% przewidziany jest dla Pacjentów odchudzających się wspólnie (m.in. dla rodzin, par itd.) co jest indywidualnie ustalane podczas konsultacji diagnostycznych lub kontrolnych, po uprzednim zgłoszeniu tego faktu dietetykowi przez Pacjentów. Rabat jest naliczany od cen podstawowych zawartych w cenniku dla każdego zamówionego jadłospisu.

Informacje o aktualnych ofertach promocyjnych zamieszczane są na profilu na Facebooku pod adresem: www.facebook.com/dietetykjastrzebie/.

Oferowane Pacjentom promocje, rabaty i pakiety nie łączą się ze sobą.

~6~ Adresy

- A. Miejsce wykonywania usług to: ul. Harcerska 2A / lokal 36, 44-335 Jastrzębie-Zdrój, Pasaż „24 H”, I piętro; Centrum Dietetyczne mgr inż. Aleksandra Grudniewska.
- B. Adres siedziby firmy to: ul. Odrowążów 9 / 3, 40-422 Katowice; Grudniewska & Company Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością, NIP: 954-28-90-331.

Data i podpis Pacjenta

ZGODA NA PRZETWARZANIE DANYCH OSOBOWYCH RODO

Szanowni Państwo, uprzejmie informujemy, iż zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i ich swobodnego przepływu Państwa dane osobowe są przetwarzane na podstawie przekazanej zgody i akceptacji regulaminu przez Administratora:

Grudniewska & Company Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością z siedzibą w Katowicach, 40-422, ul. Odrowążów 9/3, wpisane do KRS – numer KRS 0001181655, NIP: 9542890331, REGON 54215698100000, adres e-mail: kontakt@dietetykjastrzebie.pl, nr telefonu: 883 131 245

Dane osobowe przetwarzane są w następujących celach:

- w celu zawarcia i realizacji usług jednorazowych oraz terminowych,
- w celu przedstawienia oferty usług własnych,
- w celu rejestracji wizyty,
- w celu prowadzenia rejestru miejsca zamieszkania,
- w celu wykonywania połączeń telefonicznych i wysyłania SMS-ów organizacyjnych (przypomnienie o wizycie, informacje o płatnościach, aktualizacja godzin pracy gabinetu itp.)

Podanie przez Państwa danych osobowych jest dobrowolne, jednak bez ich uzyskania nie jest możliwa realizacja usługi.

Dane przetwarzane przez podmiot:

- imię i nazwisko,
- adres e-mail,
- numer telefonu,
- miejsce zamieszkania,
- stan zdrowia, przebyte choroby, alergie, leki, masa ciała, wzrost, tryb życia, płeć, stan fizjologiczny data urodzenia (dane wrażliwe).

Każdy z Państwa ma prawo do:

- dostępu do treści swoich danych,
- zmiany bądź aktualizacji swoich danych,
- sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania danych,
- cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem.

Dane udostępnione przez Panią/Pana będą podlegały udostępnieniu podmiotom trzecim tylko w celu realizacji zadań wynikających z przygotowania, wydrukowania i wysłania jadłospisu pocztą elektroniczną oraz w celu obsługi pacjenta. Odbiorcami danych mogą być również instytucje upoważnione z mocy prawa.

Dane osobowe będą przechowywane przez Administratora do momentu realizacji celów lub cofnięcia Pana/Pani zgody na ich przetwarzanie.

Administrator dokłada wszelkich starań, aby zapewnić wszelkie środki fizycznej, technicznej i organizacyjnej ochrony danych osobowych przed ich przypadkowym czy umyślnym zniszczeniem, przypadkową utratą, zmianą, nieuprawnionym ujawnieniem, wykorzystaniem czy dostępem, zgodnie ze wszystkimi obowiązującymi przepisami.

Ponadto, mają Państwo prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu ds. Ochrony Danych Osobowych (Warszawa 00-193, ul. Stawki 2, adres e-mail: kancelaria@uodo.gov.pl, nr telefonu 22 531 03 00,) w przypadku gdy uznają Państwo, iż przetwarzanie danych osobowych narusza przepisy Rozporządzenia. Państwa dane osobowe są przetwarzane na podstawie art. 6 ust. 1 lit. f RODO, tj. w oparciu o niezbędność przetwarzania do celów wynikających z prawnie uzasadnionych interesów realizowanych przez Administratora lub przez stronę trzecią.

W razie jakichkolwiek pytań pozostajemy do Państwa dyspozycji:

tel. 88-31-31-245, e-mail: kontakt@dietetykjastrzebie.pl

Wyrażam zgodę na powierzenie przetwarzania danych osobowych

TAK / NIE (prawidłowe zaznaczyć kółkiem)

Imię _____

Nazwisko _____

Podpis _____



ZGODA NA PRZEPROWADZENIE KURACJI DIETETYCZNEJ

- Zgodnie z art. 16 -18 ustawy z dnia 6 listopada 2008 r. o prawach Pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta (Dz. U. 2009 r. Nr 52 poz. 417 z późn. zm.) wyrażam zgodę na korzystanie z usług Centrum Dietetycznego Aleksandra Grudniewska.
- Oświadczam, że podczas wywiadu zdrowotnego udzieliłam/em wyczerpujących i prawdziwych informacji co do mojego stanu zdrowia i przyjmowanych leków.
- O wszelkich chorobach, schorzeniach lub odmiennych stanach mojego zdrowia zobowiązuję się powiadomić dietetyka.
- Rozumiem, że terapia dietetyczna jest usługą starannego działania, bez gwarancji rezultatów.
- Powyższe zasady przeczytałam/em i zrozumiałam/em, uzyskałam/em również wszelkie wyjaśnienia dotyczące przebiegu kuracji dietetycznej.

Podpis _____

CENNIK USŁUG PODSTAWOWYCH



- Usługi stacjonarne -

PIERWSZA KONSULTACJA DIAGNOSTYCZNA (45-60 min.)

cena: **250 zł**

KONSULTACJA KONTROLNA (15-20 min.)

cena: **100 zł**

ANALIZA SKŁADU CIAŁA (5-10 min.)

cena: **50 zł**

INDYWIDUALNY PLAN ŻYWIENIOWY (przeznaczony do stosowania przez okres około 10-16 tygodni)

cena: **500-800 zł**

- Usługi on-line -

KONSULTACJA DIAGNOSTYCZNA ON-LINE (45-60 min.)

cena: **250 zł**

KONSULTACJA KONTROLNA ON-LINE (15-20 min.)

cena: **100 zł**

DIETA ON-LINE (przeznaczona do stosowania przez okres około 12-16 tygodni)

cena: **779 zł**

OPŁATA ZA ANKIETĘ PRZEPROWADZONĄ POPRZEZ ROZMOWĘ TELEFONICZNĄ

cena: **51 zł**

- Inne usługi -

LISTA ZAKUPÓW DO INDYWIDUALNEGO PLANU ŻYWIENIOWEGO LUB DIETY ON-LINE

cena: **50 zł**

EKSPRESS - dopłata do jadłospisu (Indywidualny plan żywieniowy lub dieta on-line przygotowany w ciągu 3 dni roboczych)

cena: **150 zł**

KOREKTA NR.2 JADŁOSPISU

cena: **50 %** - wartości jadłospisu

KOREKTA NR.3 JADŁOSPISU

cena: **125 %** - wartości jadłospisu

PAKIETY 2025

KWARTALNY

999 zł

5 konsultacji
1 dieta

DLA 2 OSÓB

1977 zł

10 konsultacji
2 diety

PÓŁROCZNY

2299 zł

10 konsultacji
3 diety

ROCZNY

3397 zł

22 konsultacje
4 diety

TYLKO ANALIZY

339 zł

10 analiz składu ciała
bez diety

KONTROLNY

897 zł

10 konsultacji
bez diety

Zapraszamy!

88-31-31-245

CENTRUM DIETETYCZNE

mgr inż. Aleksandra Grudniewska

WIĘCEJ INFO NA WWW.DIETETYKJASTRZEBIE.PL