

ПОЛИТИКА ОБРАБОТКИ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ

сервиса «Лучшее внутри»

г. Санкт-Петербург

Редакция от 26 октября 2026 г.

Текст размещён по адресу: <https://betterinside.ru/docs/privacy.pdf>

1. Общие положения

1.1. Настоящая Политика обработки персональных данных (далее — «Политика») разработана в соответствии с Федеральным законом от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных» (далее — «Закон о персональных данных») и определяет цели, правовые основания, порядок и условия обработки персональных данных, а также меры по их защите.

1.2. Оператором персональных данных является индивидуальный предприниматель Аварбэ Фёдор Вадимович (ОГРНИП 325784700198437, ИНН 784100809794), являющийся Исполнителем по Публичной оферте (пользовательскому соглашению) сервиса «Лучшее внутри» (далее — «Оператор»). Регистрационный номер в реестре операторов, осуществляющих обработку персональных данных: 77-25-503120.

1.3. Лицом, ответственным за организацию обработки персональных данных, является Оператор лично.

1.4. Политика распространяется на персональные данные, обрабатываемые Оператором с использованием Сервиса.

1.5. Политика использования файлов cookie (<https://betterinside.ru/docs/cookie.pdf>) является неотъемлемой частью Политики.

1.6. Политика опубликована в свободном доступе по адресу <https://betterinside.ru/docs/privacy.pdf>; ссылка на неё размещена на Сайте и в Приложении.

2. Термины и определения

2.1. **Персональные данные** — любая информация, относящаяся к прямо или косвенно определённому или определяемому физическому лицу (субъекту персональных данных).

2.2. **Обработка персональных данных** — любое действие (операция) или совокупность действий (операций), совершаемых с использованием средств автоматизации или без использования таких средств с персональными данными, включая сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), извлечение, использование, передачу (распространение, предоставление, доступ), обезличивание, блокирование, удаление, уничтожение.

2.3. **Трансграничная передача персональных данных** — передача персональных данных на территорию иностранного государства иностранному физическому лицу или иностранному юридическому лицу.

2.4. **Субъект персональных данных** (далее — «Субъект») — физическое лицо, персональные данные которого обрабатываются Оператором: Пользователь, посетитель Сайта, иное лицо, направившее обращение Оператору.

2.5. Термины «Сервис», «Приложение», «Сайт», «Учётная запись», «Записи», «Аналитика», «Инсайт», «Тест на себе», «Разбор», «Линза разбора», «Тариф Pro», «Дополнительная линза», «Подарок», «Поддержка» используются в значениях, определённых Публичной

офертой (пользовательским соглашением), размещённой по адресу <https://betterinside.ru/docs/offer.pdf> (далее — «Соглашение»). Иные термины используются в значениях, определённых Законом о персональных данных.

3. Правовые основания обработки персональных данных

3.1. Оператор обрабатывает персональные данные на следующих правовых основаниях:

3.1.1. согласие Субъекта на обработку персональных данных (пункт 1 части 1 статьи 6 Закона о персональных данных), в том числе согласие в письменной форме в случае, предусмотренном пунктом 4.4 Политики;

3.1.2. необходимость обработки для исполнения договора, стороной которого является Субъект, — Соглашения (пункт 5 части 1 статьи 6 Закона о персональных данных);

3.1.3. необходимость обработки для исполнения обязанностей, возложенных на Оператора законодательством Российской Федерации, в том числе Налоговым кодексом Российской Федерации, Федеральным законом от 06.12.2011 № 402-ФЗ «О бухгалтерском учёте», Федеральным законом от 22.05.2003 № 54-ФЗ «О применении контрольно-кассовой техники»;

3.1.4. необходимость обработки для осуществления прав и законных интересов Оператора при условии, что при этом не нарушаются права и свободы Субъекта.

4. Цели обработки, категории персональных данных и субъектов, сроки

4.1. Оператор обрабатывает персональные данные в следующих целях:

Цель	Персональные данные	Субъекты	Основание	Срок обработки и хранения
Регистрация, идентификация, вход в Учётную запись	адрес электронной почты, дата регистрации, одноразовые коды входа (в виде хеш-значений), сведения о сеансах входа	Пользователи	договор	до удаления Учётной записи
Подтверждение заключения Соглашения и получения согласий	адрес электронной почты, дата и время предоставления согласий, редакция документа, состояние переключателей согласий в Приложении, редакция Соглашения, действовавшая на момент оплаты	Пользователи	договор; законный интерес	до удаления Учётной записи; в части оплат — 5 (пять) лет с даты оплаты
Ведение Записей, расчёт Аналитики	Записи, в том числе сведения о приёме лекарственных препаратов и биологически активных добавок, отметки цикла (при их включении Пользователем), заметки, сведения, загруженные из файлов других приложений; часовой пояс устройства	Пользователи	согласие; договор	до удаления Учётной записи или отзыва согласия; в резервных копиях — не более 30 (тридцати) дней после удаления

Формирование Инсайтов, Тестов на себе и Разборов	Записи, Аналитика, выбранные Линзы разбора, сведения о Тестах на себе, сформированные тексты	Пользователи	согласие; договор	до удаления Учётной записи либо выключения функции «Инсайты и разборы»
Исполнение договора в части оплат, кассовые чеки, рассмотрение Заявлений о возврате, бухгалтерский и налоговый учёт	адрес электронной почты для кассового чека, предмет оплаты, стоимость, дата и статус платежа, идентификатор платежа, срок Тарифа Pro, Заявления о возврате с указанной причиной	Пользователи, совершившие оплату	договор; обязанность по закону	5 (пять) лет с даты оплаты, в том числе после удаления Учётной записи
Предоставление Подарков и пересылка благодарностей	сведения об оплате и активации Подарка, текст благодарности без адресов, телефонов, ссылок и имён	Дарящие и Получатели	договор	сведения о Подарке — 5 (пять) лет с даты оплаты; текст благодарности — 12 (двенадцать) месяцев с даты пересылки
Направление служебных сообщений	адрес электронной почты, сведения о сроке Тарифа Pro, настройки напоминаний	Пользователи	договор	до удаления Учётной записи
Рассмотрение обращений и сообщений об ошибках	адрес электронной почты, текст обращения, иные сведения, указанные заявителем	Пользователи; иные лица, направившие обращение	договор; законный интерес	3 (три) года с даты ответа
Обеспечение безопасности Сервиса, предотвращение злоупотреблений, устранение ошибок	IP-адрес, тип браузера и устройства, время и адрес запросов (журналы сервера)	Пользователи; посетители Сайта	законный интерес	не более 30 (тридцати) дней
Статистика использования Приложения и оценка эффективности рекламы	идентификатор посетителя средства веб-аналитики, сведения о достижении целей (открытие Окна оплаты, оплата), тип устройства и браузера; сведения о факте регистрации и оплаты без содержания Записей	Пользователи	согласие	до отзыва согласия (выключения функции «Статистика» в Приложении)
Статистика посещений Сайта и показ рекламы Сервиса	идентификаторы файлов cookie, сведения о посещённых страницах Сайта и действиях на них, тип устройства и браузера, источник перехода	посетители Сайта	согласие	до отзыва согласия, но не более 1 (одного) года

Направление информационных и рекламных сообщений	адрес электронной почты, сведения о согласии и его отзыве	Пользователи, давшие согласие	согласие	до отзыва согласия
--	---	-------------------------------	----------	--------------------

4.2. Обработка персональных данных осуществляется с использованием средств автоматизации с передачей по сети Интернет.

4.3. Оператор не является медицинской организацией и не обрабатывает персональные данные в медико-профилактических целях. Оператор не запрашивает и не собирает сведения о диагнозах, результатах анализов и обследований, назначениях врача. Записи вносятся Пользователем по собственному решению; состав Записей определяется Пользователем.

4.4. В случае если отдельные Записи (в том числе о приёме лекарственных препаратов, отметки цикла, отметки об интимной жизни) будут отнесены к специальным категориям персональных данных, указанным в части 1 статьи 10 Закона о персональных данных, их обработка осуществляется на основании согласия Субъекта в письменной форме (пункт 1 части 2 статьи 10 Закона о персональных данных). Согласие в письменной форме даётся в форме электронного документа, подписанного простой электронной подписью Субъекта в порядке, предусмотренном пунктом 5.2 Соглашения (часть 4 статьи 9 Закона о персональных данных).

4.5. Оператор не обрабатывает биометрические персональные данные. Решения, порождающие юридические последствия в отношении Субъекта или иным образом затрагивающие его права и законные интересы, на основании исключительно автоматизированной обработки персональных данных не принимаются.

4.6. Сервис не предназначен для лиц, не достигших 18 (восемнадцати) лет.

4.7. Реквизиты банковских карт вводятся Субъектом на платёжной странице оператора платёжных услуг и Оператором не обрабатываются.

4.8. Оператор не продаёт персональные данные, не использует Записи для показа рекламы и не передаёт Записи третьим лицам, за исключением лиц, указанных в разделе 6 Политики, в объёме, указанном в нём.

5. Порядок и условия обработки персональных данных

5.1. Оператор осуществляет следующие действия с персональными данными: сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), извлечение, использование, передачу (предоставление, доступ) лицам, указанным в разделе 6 Политики, обезличивание, блокирование, удаление, уничтожение. Распространение персональных данных неограниченному кругу лиц не осуществляется.

5.2. Персональные данные получают Оператором непосредственно от Субъекта, от оператора платёжных услуг — в части сведений об оплате, а также автоматически — при обращении браузера к Сервису в порядке, предусмотренном Политикой использования файлов cookie.

5.3. Аналитика рассчитывается программными средствами Оператора на сервере Оператора. Тексты Инсайтов и Разборов формируются автоматизированно с использованием сервиса обработки текста в порядке, предусмотренном разделом 7 Политики.

5.4. Оператор и иные лица, получившие доступ к персональным данным, обязаны не раскрывать третьим лицам и не распространять персональные данные без согласия Субъекта,

если иное не предусмотрено федеральным законом.

5.5. Субъект несёт ответственность за достоверность сведений, указанных им в Сервисе, и за правомерность внесения в Записи сведений о третьих лицах. Имена людей, указанные в Записях, заменяются условными метками до передачи Записей в порядке, предусмотренном разделом 7 Политики.

6. Поручение обработки и передача персональных данных

6.1. Оператор поручает обработку персональных данных и передаёт (предоставляет) персональные данные в объёме, необходимом для достижения целей обработки, следующим лицам:

Лицо	Цель и состав передаваемых сведений	Место обработки
ООО «Регистратор доменных имён РЕГ.РУ»	размещение сервера Оператора, на котором хранятся персональные данные	Российская Федерация
ООО «Яндекс.Облако»	отправка электронных писем (адрес электронной почты, текст письма); хранение резервных копий базы данных в зашифрованном виде	Российская Федерация
ООО НКО «ЮМани» (сервис ЮKassa)	приём оплаты, формирование кассовых чеков, возврат денежных средств (адрес электронной почты, предмет оплаты, сумма)	Российская Федерация
ООО «Яндекс» (сервис Яндекс Метрика)	статистика посещений Сайта и использования Приложения (идентификаторы файлов cookie, сведения о посещённых страницах и достижении целей); Записи не передаются	Российская Федерация
ООО «ВК» (сервис ВК Реклама)	показ рекламы Сервиса и оценка её эффективности (идентификаторы файлов cookie, сведения о посещении Сайта, сведения о факте регистрации и оплаты без содержания Записей); Записи не передаются	Российская Федерация
Hangzhou DeepSeek Artificial Intelligence Co., Ltd. (сервис DeepSeek)	формирование текстов Инсайтов и Разборов в порядке, предусмотренном разделом 7 Политики	Китайская Народная Республика

6.2. Персональные данные также предоставляются уполномоченным государственным органам в случаях и порядке, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

6.3. Лица, осуществляющие обработку персональных данных по поручению Оператора, обязаны соблюдать принципы и правила обработки персональных данных, предусмотренные Законом о персональных данных, обеспечивать конфиденциальность и безопасность персональных данных. Оператор вправе привлекать иных лиц к обработке персональных данных с внесением соответствующих изменений в Политику.

7. Трансграничная передача персональных данных

7.1. Для формирования текстов Инсайтов и Разборов Оператор передаёт сервису DeepSeek (Hangzhou DeepSeek Artificial Intelligence Co., Ltd., Китайская Народная Республика) Записи и Аналитику, рассчитанную Оператором. Аналитика рассчитывается Оператором до передачи; сервис DeepSeek формирует текст на основании полученных сведений.

7.2. Сервису DeepSeek не передаются: адрес электронной почты, идентификатор Учётной записи, сведения об оплатах, IP-адрес. Имена людей, указанные в Записях, до передачи

заменяются условными метками.

7.3. Сервису DeepSeek передаются Записи в составе, внесённом Пользователем: занятия, даты и время, оценки настроения, отметки (в том числе об употреблении алкоголя, курении, интимной жизни), сведения о приёме лекарственных препаратов и биологически активных добавок с наименованиями и дозировками, отметки цикла (при их включении Пользователем), заметки, а также рассчитанная Аналитика за период.

7.4. Трансграничная передача осуществляется на основании согласия Субъекта и только при включённой функции «Инсайты и разборы». Субъект вправе в любое время выключить указанную функцию в Приложении; в этом случае передача сведений сервису DeepSeek прекращается, ведение Записей и Аналитика сохраняются.

7.5. Китайская Народная Республика не включена в перечень иностранных государств, обеспечивающих адекватную защиту прав субъектов персональных данных. Оператор уведомляет уполномоченный орган по защите прав субъектов персональных данных о намерении осуществлять трансграничную передачу персональных данных в соответствии со статьёй 12 Закона о персональных данных. Срок хранения и порядок использования полученных сведений сервисом DeepSeek определяются политикой конфиденциальности DeepSeek: <https://cdn.deepseek.com/policies/en-US/deepseek-privacy-policy.html>.

8. Место хранения персональных данных

8.1. Запись, систематизация, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение) и извлечение персональных данных граждан Российской Федерации осуществляются с использованием баз данных, находящихся на территории Российской Федерации (часть 5 статьи 18 Закона о персональных данных).

8.2. Копия Записей хранится также на устройстве Пользователя в хранилище браузера или Приложения.

9. Права Субъекта

9.1. Субъект вправе:

9.1.1. получать информацию, касающуюся обработки его персональных данных, в объёме, предусмотренном статьёй 14 Закона о персональных данных;

9.1.2. требовать уточнения, блокирования или уничтожения персональных данных, если они являются неполными, устаревшими, неточными, незаконно полученными или не являются необходимыми для заявленной цели обработки;

9.1.3. требовать прекращения обработки персональных данных;

9.1.4. отозвать согласие на обработку персональных данных полностью или в части отдельных целей, а также согласие на получение информационных и рекламных сообщений;

9.1.5. выгрузить свои Записи и удалить Учётную запись средствами Приложения;

9.1.6. обжаловать действия или бездействие Оператора в уполномоченный орган по защите прав субъектов персональных данных или в судебном порядке.

9.2. Отказ от получения информационных и рекламных сообщений осуществляется переходом по ссылке «Отписаться» в сообщении, выключением функции «Письма с новостями» в Приложении либо направлением письма на адрес электронной почты Оператора support@betterinside.ru.

10. Обязанности Оператора

10.1. Оператор обязуется:

10.1.1. предоставлять Субъекту информацию об обработке его персональных данных в порядке и сроки, предусмотренные разделом 11 Политики;

10.1.2. обрабатывать персональные данные исключительно в целях, указанных в разделе 4 Политики;

10.1.3. принимать меры, необходимые и достаточные для обеспечения выполнения обязанностей, предусмотренных Законом о персональных данных;

10.1.4. прекращать обработку и уничтожать персональные данные в случаях и сроки, предусмотренные Законом о персональных данных.

11. Порядок рассмотрения запросов Субъектов

11.1. Запросы и обращения Субъектов направляются Оператору на адрес электронной почты support@betterinside.ru. Запрос, направленный с адреса электронной почты Учётной записи, рассматривается как запрос Субъекта, которому принадлежит Учётная запись. При направлении запроса с иного адреса Оператор вправе запросить сведения, подтверждающие принадлежность Учётной записи Субъекту.

11.2. Оператор предоставляет ответ на запрос Субъекта в срок не позднее 10 (десяти) рабочих дней с даты его получения. Указанный срок может быть продлён не более чем на 5 (пять) рабочих дней с направлением Субъекту мотивированного уведомления.

11.3. В случае представления Субъектом сведений, подтверждающих, что персональные данные являются неполными, неточными или неактуальными, Оператор вносит необходимые изменения в срок не позднее 7 (семи) рабочих дней с даты представления таких сведений.

11.4. В случае выявления неправомерной обработки Оператор прекращает её в срок не позднее 3 (трёх) рабочих дней с даты выявления, а при невозможности обеспечить правомерность обработки — уничтожает персональные данные в срок не позднее 10 (десяти) рабочих дней с даты выявления.

11.5. В случае отзыва Субъектом согласия на обработку персональных данных Оператор прекращает обработку и уничтожает персональные данные в срок не позднее 30 (тридцати) дней с даты поступления отзыва, за исключением персональных данных, обработка которых осуществляется на иных законных основаниях.

11.6. В случае получения требования Субъекта о прекращении обработки персональных данных Оператор прекращает обработку в срок не позднее 10 (десяти) рабочих дней с даты получения требования, за исключением случаев, предусмотренных Законом о персональных данных. Указанный срок может быть продлён не более чем на 5 (пять) рабочих дней с направлением Субъекту мотивированного уведомления.

12. Меры по обеспечению безопасности персональных данных

12.1. Оператор принимает правовые, организационные и технические меры, необходимые для защиты персональных данных от неправомерного или случайного доступа, уничтожения, изменения, блокирования, копирования, предоставления, распространения, а также от иных неправомерных действий, в том числе:

12.1.1. издание локальных актов по вопросам обработки персональных данных;

- 12.1.2. шифрование соединения с Сервисом;
- 12.1.3. хранение Записей на сервере в зашифрованном виде с хранением ключа шифрования отдельно от базы данных;
- 12.1.4. шифрование резервных копий базы данных;
- 12.1.5. аутентификацию с использованием одноразовых кодов и ограничение количества попыток входа;
- 12.1.6. разграничение доступа к серверу и базам данных;
- 12.1.7. ограничение частоты запросов к Сервису.

13. Действия при инциденте

13.1. В случае установления факта неправомерной или случайной передачи (предоставления, распространения, доступа) персональных данных, повлёкшей нарушение прав Субъектов, Оператор уведомляет уполномоченный орган по защите прав субъектов персональных данных в течение 24 (двадцати четырёх) часов о произошедшем инциденте и в течение 72 (семидесяти двух) часов — о результатах внутреннего расследования (часть 3.1 статьи 21 Закона о персональных данных).

14. Прекращение обработки и уничтожение персональных данных

14.1. Обработка персональных данных прекращается при достижении целей обработки, истечении сроков, указанных в разделе 4 Политики, отзыве согласия Субъекта (если отсутствуют иные законные основания), выявлении неправомерной обработки, удалении Учётной записи.

14.2. Уничтожение персональных данных подтверждается в порядке, установленном уполномоченным органом по защите прав субъектов персональных данных.

15. Заключительные положения

15.1. Оператор вправе в одностороннем порядке вносить изменения в Политику. Новая редакция вступает в силу с момента её размещения по адресу, указанному в пункте 1.6 Политики, если иное не предусмотрено новой редакцией. Предыдущие редакции размещаются по адресу <https://betterinside.ru/docs/archive/>.

15.2. В случае если изменения требуют получения нового согласия Субъекта, такое согласие запрашивается отдельно.

Реквизиты

Индивидуальный предприниматель	Аварбэ Фёдор Вадимович
ОГРНИП	325784700198437
ИНН	784100809794
Адрес электронной почты (в том числе для направления юридически значимых сообщений, претензий и запросов субъектов персональных данных)	support@betterinside.ru
Сайт	https://betterinside.ru