

**Biohacking Nutrition**  
**Einwilligung zur Datenverarbeitung**  
*gemäß Art. 13 DSGVO*

**Verantwortliche im Sinne der DSGVO:**

**Eftychia Kontou**

Praxis für Ernährungsmanagement – Supervision – Coaching  
Schloßstraße 16, 45468 Mülheim an der Ruhr  
Telefon: 0208 38567948  
E-Mail: efi@biohackingnutrition.de

### 1. Zweck und Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung

---

Ich willige ausdrücklich ein, dass meine personenbezogenen Daten, einschließlich besonderer Kategorien personenbezogener Daten (insbesondere Gesundheitsdaten), durch Eftychia Kontou erhoben, gespeichert, verarbeitet und genutzt werden. Die Verarbeitung erfolgt ausschließlich zum Zweck der Durchführung, Dokumentation und Qualitätssicherung der ernährungstherapeutischen Beratung.

**Rechtsgrundlagen:** Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO (ausdrückliche Einwilligung zur Verarbeitung von Gesundheitsdaten) sowie Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO (Einwilligung zur Verarbeitung allgemeiner personenbezogener Daten).

### 2. Art der verarbeiteten Daten

---

Ich bin insbesondere mit der Verarbeitung folgender Daten einverstanden: Körperliche Messwerte (z. B. Gewicht, Größe, BMI), Laborbefunde und medizinische Befunde, Krankheitssymptome und Diagnosen, Ernährungs- und Lebensgewohnheiten, Therapieempfehlungen und Verlaufsdokumentationen

### 3. Weitergabe an Dritte

---

Die Übermittlung meiner Daten an Dritte (z. B. behandelnde Ärztinnen/Ärzte oder Krankenkassen) erfolgt ausschließlich: soweit dies zur Durchführung der Beratung erforderlich ist, oder nach meiner ausdrücklichen Einwilligung. Eine darüber hinausgehende Weitergabe erfolgt nicht.

### 4. Kommunikation

---

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass ich im Rahmen der Beratung und Terminorganisation über folgende Wege kontaktiert werden darf:  Telefon  E-Mail  Post  WhatsApp / digitale Messenger-Dienste

Mir ist bewusst, dass bei der Kommunikation über elektronische Medien (insbesondere E-Mail und Messenger-Dienste) ein vollständiger Schutz der Daten nicht gewährleistet werden kann.

**⚠ Hinweis zu WhatsApp / Messenger-Diensten:**

Bei Nutzung von WhatsApp (Meta Platforms, Inc.) werden Metadaten in die USA übertragen. Ein dem europäischen Standard vergleichbares Datenschutzniveau kann dort nicht garantiert werden. Die Nutzung dieses Kanals für gesundheitsbezogene Kommunikation erfolgt daher ausschließlich auf ausdrücklichen Wunsch der Klientin/des Klienten und auf eigenes Risiko.

### 5. Dokumentation und Aufbewahrungsdauer

---

Meine Daten werden zum Zweck der therapeutischen Dokumentation sowie zur Erfüllung gesetzlicher Pflichten gespeichert. **Aufbewahrungsfrist:** Die Unterlagen werden gemäß §630f Abs. 3 BGB für die Dauer von **10 Jahren nach Abschluss der Beratung** aufbewahrt. Nach Ablauf dieser Frist werden die Daten datenschutzkonform gelöscht, sofern keine anderweitigen gesetzlichen Aufbewahrungspflichten entgegenstehen.

### 6. Freiwilligkeit und Widerruf

---

Die Einwilligung erfolgt freiwillig und kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden, ohne dass dadurch die Rechtmäßigkeit der bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung berührt wird.

**Widerruf per:** E-Mail an efi@biohackingnutrition.de oder schriftlich an die oben genannte Adresse.

**Biohacking Nutrition**  
**Einwilligung zur Datenverarbeitung**  
*gemäß Art. 13 DSGVO*

### 7. Ihre Rechte als betroffene Person

---

Sie haben das Recht auf: Auskunft über die gespeicherten Daten (Art. 15 DSGVO), Berichtigung unrichtiger Daten (Art. 16 DSGVO), Löschung der Daten, soweit keine gesetzliche Aufbewahrungspflicht entgegensteht (Art. 17 DSGVO), Einschränkung der Verarbeitung (Art. 18 DSGVO), Datenübertragbarkeit (Art. 20 DSGVO), Widerspruch gegen die Verarbeitung (Art. 21 DSGVO)

Zur Ausübung Ihrer Rechte wenden Sie sich bitte an die oben genannte Verantwortliche.

### 8. Beschwerderecht bei der Aufsichtsbehörde

---

Sie haben das Recht, sich jederzeit bei der zuständigen Datenschutz-Aufsichtsbehörde zu beschweren (Art. 77 DSGVO):

**Landesbeauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit Nordrhein-Westfalen (LDI NRW)**

Kavalleriestraße 2–4, 40213 Düsseldorf  
Telefon: 0211 38424-0  
E-Mail: [poststelle@ldi.nrw.de](mailto:poststelle@ldi.nrw.de)  
Website: [www.ldi.nrw.de](http://www.ldi.nrw.de)

### Einwilligungserklärung

Ich habe die obenstehenden Informationen gelesen und verstanden. Ich willige hiermit ausdrücklich in die beschriebene Datenverarbeitung ein.

---

Vor- und Nachname (Druckbuchstaben)

---

Ort, Datum

---

Unterschrift

*Bei Minderjährigen ist die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten erforderlich.*