

Personvernerklæring for AHA Flow AS

Sist oppdatert: 26. august 2025

Denne personvernerklæringen beskriver hvordan **AHA Flow AS** («AHA Flow», «vi», «oss») behandler personopplysninger når du besøker våre nettsider, mottar markedsføring fra oss, tar kontakt, deltar på våre kurs/arrangementer eller vi leverer tjenester til deg eller din arbeidsgiver. Vi følger personvernforordningen (GDPR) og norsk personopplysningslov.

Behandlingsansvarlig

AHA Flow AS, org.nr.: 935570921, Dronningens gate 5-7, 3233 Sandefjord.

E-post for personvernhenvelser: **kontakt@ahaflow.no**

1. Hvilke opplysninger vi behandler og hvor de kommer fra

- **Nettsted og kommunikasjon:** IP-adresse, enhets- og nettleserinformasjon, samtykkestatus for informasjonskapsler, atferdsdata (analyse), kontaktopplysninger og innhold dersom du sender inn skjema/henvendelser.
- **Nyhetsbrev og markedsføring:** Navn, e-post, preferanser, samtykkehistorikk, responsdata (åpninger/klikk) der dette er aktivert.
- **Kurs/arrangementer og kundeforhold (B2C/B2B):** Identifikasjons- og kontaktdata, stilling/arbeidsgiver (ved B2B), gjennomførings-/deltakelsesdata, betaling og fakturaopplysninger.
- **Helserelaterte og andre særlige kategorier (kun hvis nødvendig og lovlig):** Frivillig selvrapportert informasjon om vaner (søvn, aktivitet, kosthold), egenvurdert trivsel/energi, mål og progresjon. Vi ber **ikke** om diagnoser eller journalopplysninger, og behandler slike data bare der vi har et gyldig grunnlag og tydelig formål. Dette er «særlige kategorier» og krever strenge vilkår (se punkt 3).
[Datatilsynet](#)

Kilder er normalt **deg selv**, din **arbeidsgiver** (ved bedriftsleveranser), offentlige registre i forbindelse med fakturering, samt **tredjeparter/leverandører** som leverer IT-drift, analyse, e-post, videomøter mv. (se punkt 6).

2. Formål – hva vi bruker opplysningene til

- **Drift av nettside og sikkerhet** (feilretting, logging, forebygging av misbruk).
- **Svar på henvendelser** og kundeservice.
- **Utsending av nyhetsbrev/ressurser** og annet innhold du ber om.
- **Salg og kontraktsoppfølging** (tilbud, avtale, leveranse, faktura).
- **Gjennomføring av kurs/programmer** (påmelding, kommunikasjon, gjennomføring, oppfølging og dokumentasjon av deltakelse).
- **Tilpasning og forbedring** av tjenester og kommunikasjon (analyse og statistikk på aggregert nivå).
- **Overholdelse av rettslige forpliktelser** (bokføring mv.). [Datatilsynet](#)

3. Behandlingsgrunnlag (rettslig grunnlag)

Vi bruker følgende rettsgrunnlag etter GDPR artikkel 6:

- **Samtykke** (art. 6(1)(a)): for nyhetsbrev, markedsføring på e-post/SMS og for analyse-/markedsføringscookies (se punkt 7), samt for eventuelle frivillige helseskjema i rene livsstilsprogrammer. Samtykke kan når som helst trekkes tilbake. [edpb.europa.eu+1](#)
- **Avtale/kontraktsoppfyllelse** (art. 6(1)(b)): når du/din virksomhet kjøper kurs eller tjenester, behandler vi nødvendige opplysninger for å levere. [gdpr-text.com](#)
- **Berettiget interesse** (art. 6(1)(f)): driftssikkerhet, enkel kundeadministrasjon, relevant B2B-markedsføring til eksisterende kunder og grunnleggende nettstedsanalyse (kun med strengt nødvendige verktøy eller med samtykke for øvrig sporing). Interesseavveining er gjennomført. [edpb.europa.eu](#)
- **Rettlig plikt** (art. 6(1)(c)): bokføringsregler m.m. [Altinn](#)

Særlige kategorier (helseopplysninger) – art. 9 GDPR

Helserelatert informasjon behandles bare **dersom ett av vilkårene i art. 9** er oppfylt – typisk **uttrykkelig samtykke** (art. 9(2)(a)). Samtykke i et arbeidsforhold må være **reelt frivillig** på grunn av maktubalansen; derfor baserer vi helserelatert behandling overfor ansatte som hovedregel på **frivillig deltagelse** med individuelt samtykke, og vi tilbyr ikke negative konsekvenser ved å si nei. [edpb.europa.euico.org.uk](#)

Rolleavklaringer (behandlingsansvarlig/databehandler)

- For **egen markedsføring, nettsider, egne kurs** og direkte kundeforhold er **AHA Flow behandlingsansvarlig**.
- Når vi leverer programmer **på oppdrag fra arbeidsgiver** til deres ansatte, opptrer vi normalt som **databehandler**. Da reguleres behandlingen av en **databehandleravtale (DPA)**, og arbeidsgiver er behandlingsansvarlig (vi behandler kun etter dokumenterte instruksjoner). [Datatilsynet](#)

Ved behandling som kan innebære **høy risiko** (f.eks. systematisk behandling av helseopplysninger i større omfang) vurderer vi behovet for **personvernkonsekvensvurdering (DPIA)** før oppstart. [Datatilsynet Lovdata](#)

4. Hvor lenge vi lagrer opplysninger

- **Henvendelser/kontaktskjema:** normalt **inntil 12 måneder** etter siste kontakt, med mindre lengre lagring er nødvendig (f.eks. pågående dialog).
- **Nyhetsbrev/markedsføring:** til du **trekker samtykke**/melder deg av, og vi dokumenterer samtykke/avslag i rimelig tid etterpå.
- **Kunde- og leveransedata:** så lenge avtalen løper, og deretter i tråd med **bokføringsregelverket** (primærdokumentasjon **5 år** etter regnskapsårets slutt). [AltinnStortinget](#)
- **Tekniske logger/sikkerhet:** kortest mulig tid for formålet, normalt 6–24 måneder.

Vi sletter eller anonymiserer når formålet er oppfylt og ingen rettslig plikt tilsier videre lagring.

5. Dine rettigheter

Du har rett til **informasjon, innsyn, retting, sletting, begrensning, dataportabilitet** og å **protestere** mot behandling, samt å **trekke samtykke tilbake**. Du har også rett til å **klage til Datatilsynet** dersom du mener vår behandling er i strid med regelverket. Vi svarer normalt innen **én måned**. Kontakt oss på adressen over for å utøve rettighetene dine. [Datatilsynet](#)

Vi driver **ikke** med automatiserte individuelle avgjørelser som har rettsvirkninger for deg eller som på lignende måte i betydelig grad påvirker deg. Hvis dette skulle endre seg, vil du få tydelig informasjon og relevante rettigheter etter GDPR. gdpr-text.com

6. Deling og mottakere (kategorier)

Vi deler bare personopplysninger når det er nødvendig og lovlig, typisk med:

- **IT-drift/hosting** (skyleverandør, nettside, e-post, back-up).
- **Analyse og måling** (statistikkverktøy/cookie-verktøy – kun etter gyldig samtykke der påkrevd).
- **Kommunikasjon og arrangement** (nyhetsbrev-/e-postplattform, webinar/livestream, spørreskjema).
- **Betaling og regnskap** (betalingsformidler, regnskapsfører/system).
- **Samarbeidspartnere/underdatabehandlere** ved levering av kurs/programmer.
- **Offentlige myndigheter** når lov krever det (f.eks. bokførings- og skatteregler). [Datatilsynet](#)

Vi inngår databehandleravtaler med leverandører som behandler opplysninger på våre vegne.

7. Informasjonskapsler (cookies) og lignende teknologi

Vi bruker informasjonskapsler for å få nettstedet til å fungere og – med ditt samtykke – for analyse og markedsføring. Fra **1. januar 2025** krever ekomloven § 3-15 **forhåndssamtykke** som oppfyller GDPR-kravene for all ikke-nødvendig lagring/tilgang på brukerens enhet. Du kan velge kategori(er), endre eller trekke samtykket senere via vår **cookie-innstilling**. Nødvendige cookies brukes for grunnleggende funksjoner.

[Datatilsynet+1](#)

Vi dokumenterer samtykke og respekterer «nei». Passivt samtykke, forhåndsvalgte bokser eller «ta i bruk ved videre surfing» er ikke tilstrekkelig. Tilsyn føres av Datatilsynet/Nkom.

edpb.europa.eu/Norsk/Elektroteknisk/Komite/NEK

8. Overføring utenfor EØS

Noen leverandører kan være etablert utenfor EØS. Vi overfører kun personopplysninger dersom det foreligger et overføringsgrunnlag, f.eks.:

- **Adekvansbeslutning (EU-US Data Privacy Framework)** for sertifiserte amerikanske virksomheter, eller
- **Standard Contractual Clauses (SCC)** med nødvendige tilleggstiltak. [EUR-Lex](#)
[europa.eu](#)

Detaljer om aktuelle mottakerland og mekanismer oppgis i avtale eller på forespørsel.

9. Sikkerhet

Vi iverksetter tekniske og organisatoriske tiltak for konfidensialitet, integritet og tilgjengelighet – bl.a. tilgangsstyring, kryptering der hensiktsmessig, sikkerhetskopi, logging, opplæring og leverandøroppfølging. Risiko vurderes jevnlig, og tiltak oppdateres ved behov. [Digdir](#)

10. Når vi er databehandler for din arbeidsgiver

Ved bedriftsleveranser hvor **arbeidsgiver er behandlingsansvarlig** og AHA Flow er **databehandler**, reguleres behandlingen av **databehandleravtale**. Den beskriver formål, kategorier, sikkerhet, bruk av underleverandører, lagringstid og sletting. Den registrerte skal i slike tilfeller primært henvende seg til **arbeidsgiver** for å utøve rettigheter, men vi bistår behandlingsansvarlig i å svare. [Datatilsynet](#)

11. Barn

Våre tjenester er rettet mot **voksne** og virksomheter. Vi innhenter ikke bevisst opplysninger om barn under 16 år. Foresattes samtykke innhentes dersom vi likevel skulle tilby tjenester til mindreårige.

12. Endringer i denne erklæringen

Vi kan oppdatere erklæringen ved endringer i vår behandling eller regelverk. Ny versjon publiseres på denne siden med oppdatert dato. Ved vesentlige endringer vil du bli varslet på egnet måte.

13. Kontakt og klage

Har du spørsmål eller ønsker å utøve rettighetene dine, kontakt oss:
AHA Flow AS, Dronningens gate 5-7, 3211 Sandefjord, E-post: **kontakt@ahaflow.no**.

Du kan også klage til **Datatilsynet**: www.datatilsynet.no. [Datatilsynet](#)