

Privacy Policy

As it is generally known, the Regulation 2016/679, approved on 27 April 2016 and with effect from 25 May 2018, designated as the General Regulation on Data Protection ("GRDP"), defines the new regime of legal protection of personal data, creating new obligations and responsibilities for all public and private entities, establishing a new special legal regime for the processing of personal data.

Prática Motivação, Lda. has implemented appropriate technical and organizational measures to protect personal data against loss, misuse, alteration or destruction. All employees of Prática Motivação, Lda. follow a network security policy. Only authorized employees of Prática Motivação, Lda. have access to personal data, who are under the obligation of confidentiality.

This Privacy Policy document has as main goal to inform our users about the data we collect when they use this website and the use we make of them.

Here are the topics on the information collection and its purpose:

[What information is collected about users?](#)

[How do we use the information about users?](#)

[Security of user-supplied data](#)

[Access and correction of your information](#)

[Cookies](#)

[Other websites](#)

[Changes to our Privacy Policy](#)

[Contacts](#)

What information is collected about users?

We collect information about users when in our website they fill in forms or send requests and inquiries.

How do we use the information about users?

The data collected are aimed to process their requests and/or answer their inquiries. We use the information collected from the Website to personalize your next visits to our Website.

Security of user-supplied data

Prática Motivação, Lda. uses a secure online technology and is constantly updating its IT infrastructure in order to offer the greatest possible security to its users. We have adopted security measures to reduce the risk of data destruction or loss, to prevent unauthorized access, illegal processing, and processing that is not in accordance with our data collection goals under our Privacy Policy. However, Prática Motivação, Lda. cannot guarantee its users that the security measures adopted limit or exclude any kind of risk related to unauthorized access or the dispersion of data through user devices. Users are advised to check that their computers are equipped with adequate software to protect the transmission of data on the network both at the entrance and

at the exit (eg up-to-date antivirus) and that their Internet service providers have adopted adequate security measures to protect the transmission of data through the network (firewall and antispam filters).

Access and correction of your information

You have the right to request a copy of the information we have about you. If you wish to request a copy of partial or total information of your data retained by Prática Motivação, Lda. please send us an email to info@pratica-motivacao.pt.

We want to be sure of the accuracy and reliability of the information we hold about you. You may request the correction or removal of any information that is not up-to-date.

Cookies

To make this site work properly, we sometimes place small data files called cookies on your device like most websites do.

What are cookies?

A cookie is a small text file that a website saves on your computer or mobile device when you visit the site. It enables the website to remember your actions and preferences (such as login, language, font size and other display preferences) over a period of time, so you don't have to keep re-entering them whenever you come back to the site or browse from one page to another. This is why when you scroll through the website, or return to a website you've visited, you do not have to re-enter your preferences.

How to control cookies

You can control and/or delete cookies as you wish – for details, see aboutcookies.org. You can delete all cookies that are already on your computer and you can set most browsers to prevent them from being placed. If you do this, however, you may have to manually adjust some preferences every time you visit a site and some services and functionalities may not work.

Other websites

This Website contains links to other websites. This privacy notice only applies to this Website. You should read the privacy policies of the other websites.

Changes to our Privacy Policy

Our privacy policy is reviewed regularly and all changes will be posted on this Website. The last update is May 2018.

Contacts

If you have any questions about our privacy policy or about the information we collected about you, please contact: info@pratica-motivacao.pt

Política de Privacidade

Como é de conhecimento geral, o Regulamento 2016/679, aprovado a 27 de abril de 2016 e com produção de efeitos a partir de 25 de maio 2018, designado como Regulamento Geral de Proteção de Dados (“RGPD”) vem definir o novo regime jurídico de proteção de dados pessoais, criando novas obrigações e responsabilidades para todas às entidades públicas e privadas, estabelecendo um novo regime jurídico especial para o tratamento de dados pessoais.

A Prática Motivação, Lda. implementou medidas técnicas e organizativas adequadas de forma a proteger os dados pessoais contra perdas, utilização abusiva, alteração ou destruição. Todos os colaboradores da Prática Motivação, Lda. seguem uma política de segurança em rede. Só os colaboradores autorizados da Prática Motivação, Lda. têm acesso aos dados pessoais, estando estes igualmente vinculados ao dever de sigilo e confidencialidade.

Este comunicado de privacidade explica como usamos a informação pessoal que recolhemos acerca dos utilizadores quando usam este Website.

Conteúdo

[Que tipo de informação sobre os utilizadores é recolhida?](#)

[Para que efeitos são usados os dados recolhidos?](#)

[Segurança dos dados fornecidos pelos utilizadores](#)

[Acesso e correção da sua informação](#)

[Cookies](#)

[Outros websites](#)

[Alterações a este comunicado de privacidade](#)

[Contatos](#)

Que tipo de informação sobre os utilizadores é recolhida?

Podemos proceder à recolha dos seguintes dados dos utilizadores do nosso website: nome, email, número de telefone, morada, quando no nosso website preenchem formulários ou enviam pedidos de informações.

Para que efeitos são usados os dados recolhidos?

Os dados recolhidos servem para processar o pedido do utilizador, enviar orçamentos e, se concordar, enviar-lhe por correio eletrónico informação acerca de outros produtos e serviços que pensamos ser do seu interesse. Usamos a informação recolhida do website para personalizar as suas próximas visitas ao nosso website.

Segurança dos dados fornecidos pelos utilizadores

A Prática Motivação, Lda. usa uma tecnologia online segura e está constantemente a atualizar o sua infraestrutura informática de forma a oferecer a maior segurança possível aos seus utilizadores. Adotamos medidas de segurança para reduzir os riscos de destruição ou perda de dados, para impedir o acesso não autorizado, tipos de processamento ilícitos e processamento que não esteja em conformidade com os objetivos da recolha dos dados nos termos da nossa Política de Privacidade.

Contudo, a Prática Motivação, Lda. não pode garantir aos seus utilizadores que as medidas de segurança adotadas limitem ou excluam qualquer espécie de risco relativo ao acesso não autorizado ou à dispersão dos dados por via de dispositivos dos utilizadores. Aconselhamos os utilizadores a verificarem se os seus computadores estão equipados com software adequado para proteger a transmissão dos dados na rede, tanto à entrada como à saída (ex.: antivírus atualizado) e se os respetivos prestadores de serviços de Internet adotaram medidas de segurança adequadas para proteger a transmissão de dados pela rede (firewall e filtros antispam).

Acesso e correção da sua informação

Tem o direito de solicitar uma cópia da informação que temos acerca de si. Se quiser solicitar uma cópia da sua informação parcial ou total retida pela Prática Motivação, Lda. por favor envie-nos um email para info@pratica-motivacao.pt. Queremos ter a certeza da exatidão e fiabilidade da informação que retemos acerca de si. Pode-nos solicitar a correção ou remoção da informação que não esteja atualizada.

Cookies (testemunhos de conexão)

Tal como a maioria dos *websites*, para que o nosso website possa funcionar corretamente, instalamos pontualmente no seu computador ou dispositivo móvel pequenos ficheiros denominados *cookies* ou testemunhos de conexão.

O que são cookies?

Um cookie é um pequeno ficheiro de texto que um website instala no seu computador ou dispositivo móvel quando o visita. Estes ficheiros permitem que, durante um certo período de tempo, o website se “lembre” das suas ações e preferências, nomeadamente do nome de utilizador, da língua escolhida, do tamanho dos caracteres e de outras definições de visualização. É por isso que quando percorre as páginas de um website ou regressa a um website que já visitou, não tem de voltar a indicar as suas preferências.

Como controlar os cookies?

Pode controlar e/ou apagar os cookies que desejar. Para mais informações, consulte aboutcookies.org. Pode apagar todos os cookies já instalados no seu computador ou dispositivo móvel ou ativar uma opção disponível na maioria dos programas de navegação que impede a sua instalação. Se o fizer, pode ter de configurar manualmente algumas preferências sempre que visitar um website e corre o risco de desativar determinados serviços e funcionalidades.

Outros websites

Este website contém links para outros websites. Este comunicado de privacidade apenas se aplica a este website. Deve ler as políticas de privacidade dos outros websites.

Alterações a este comunicado de privacidade

As nossas políticas de privacidade são revistas regularmente e todas as alterações serão publicadas neste Website. A última atualização é de Maio 2018.

Contactos

Se tiver alguma questão acerca da nossa política de privacidade ou da informação que temos sobre si use o endereço info@pratica-motivacao.pt para esclarecimentos.