



1. Informacje ogólne

1.1. Grupa członkostwa „Przestrzeń+” jest prowadzona na platformie **Telegram**. Aby korzystać z treści i materiałów dostępnych w grupie, każdy członek musi posiadać zainstalowaną aplikację Telegram oraz aktywne konto w tej aplikacji. Bez tego dostęp do grupy i jej zasobów nie będzie możliwy.

1.2. Celem grupy jest dostarczanie wartościowej wiedzy w formie odpowiedzi na pytania zadane przez jej członków. Odpowiedzi te mają charakter edukacyjny i są oparte na aktualnej wiedzy w dziedzinach takich jak suplementacja, biochemia, zdrowie i optymalizacja działań wspierających organizm.

1.3. Każdy członek grupy, poprzez dołączenie do niej, akceptuje warunki określone w niniejszym regulaminie i zobowiązuje się do ich przestrzegania.

2. Tożsamość członków

2.1. Aby zachować bezpieczeństwo i poufność w grupie, każdy członek musi ustawić w swoim profilu Telegram imię i nazwisko zgodne z danymi podanymi podczas zamawiania członkostwa.

2.2. Członkostwo zostanie aktywowane dopiero po zaksięgowaniu wpłaty za członkostwo oraz weryfikacji tożsamości przez administratora grupy.

2.3. Po dołączeniu do grupy członkowie mają **24 godziny** na dostosowanie swoich danych w Telegramie. Osoby, których tożsamość nie będzie możliwa do zweryfikowania (np. z powodu pseudonimu lub innych danych uniemożliwiających identyfikację), zostaną usunięte z grupy bez wcześniejszego ostrzeżenia.

2.4. Każdy członek grupy ponosi odpowiedzialność za to, aby jego dane były poprawne i aktualne.

3. Zadawanie pytań

3.1. Zadawanie pytań odbywa się wyłącznie poprzez **dedykowany formularz** dostępny w odpowiednim wątku grupy. Pytania publikowane poza formularzem nie będą brane pod uwagę.

3.2. Każdy formularz może zawierać **jedno pytanie**. W przypadku chęci zadania pytań pokrewnych należy każde z nich przestać w oddzielnym formularzu, aby umożliwić dokładne omówienie każdego tematu.

3.3. Pytania muszą być jasno sformułowane, konkretne i odnosić się do tematów takich jak:

- Suplementacja (np. pytania o dawki, rodzaje, interakcje z innymi suplementami).
- Biochemia (np. zrozumienie procesów zachodzących w organizmie).

- Wsparcie w jednostkach chorobowych (np. dostosowanie działań wspierających zdrowie w określonych przypadkach).
- Kolejność działań (np. co zrobić najpierw w danej sytuacji zdrowotnej).
- Dostosowywanie dawek (np. jak zmieniać dawki w zależności od reakcji organizmu).

3.4. Administrator grupy zastrzega sobie prawo do wyboru pytań, na które udzieli odpowiedzi, zgodnie z dostępnym czasem i priorytetami grupy. Brak odpowiedzi na konkretne pytanie nie podlega reklamacji.

3.5. Odpowiedzi są publikowane codziennie od **poniedziałku do piątku**. Średnio każdego dnia omawiane są **2–3 pytania**, co daje około **15–20 minut treści dziennie**.

3.6. Odpowiedzi są przygotowywane w sposób wyczerpujący, aby dostarczyć członkom pełnej wiedzy na dany temat, jednak nie ma gwarancji, że wszystkie pytania zostaną opracowane.

4. Poufność treści

4.1. Wszystkie treści publikowane w grupie (w tym odpowiedzi, materiały dodatkowe i archiwum) są przeznaczone wyłącznie dla członków grupy.

4.2. Zabronione jest:

- Udostępnianie treści osobom trzecim.
- Publikowanie treści w innych miejscach (np. na portalach społecznościowych, forach).
- Kopiowanie, nagrywanie lub rozpowszechnianie treści w jakiegokolwiek formie (tekstowej, audio, wideo).

4.3. Naruszenie powyższych zasad skutkuje:

- Natychmiastowym usunięciem z grupy.
- Trwałą blokadą możliwości powrotu do grupy.
- W przypadku poważniejszych naruszeń – podjęciem kroków prawnych, jeśli sytuacja tego wymaga.

5. Członkostwo i opłaty

5.1. Członkowie mogą dołączyć do grupy w dowolnym momencie miesiąca, jednak opłata członkowska obowiązuje za cały miesiąc kalendarzowy, niezależnie od daty dołączenia.

5.2. Opłata za członkostwo pozostaje zamrożona na poziomie obowiązującym w momencie dołączenia, pod warunkiem utrzymania ciągłości członkostwa. W przypadku rezygnacji lub przerwy powrót do grupy wiąże się z koniecznością opłacenia aktualnej

stawki obowiązującej w danym momencie.

5.3. Zwroty opłat członkowskich nie są możliwe, również w przypadku rezygnacji w trakcie miesiąca.

5.4. Członkowie mogą opuścić grupę w dowolnym momencie, jednak treści grupy są dostępne wyłącznie w trakcie aktywnego członkostwa. Po opuszczeniu grupy dostęp do treści zostaje natychmiast zablokowany.

5.5. Osoby usunięte z grupy za złamanie regulaminu lub naruszenie zasad nie mają prawa do powrotu ani odwołania się od decyzji.

6. Zachowanie w grupie

6.1. W grupie obowiązuje kultura wypowiedzi – wszelkie formy obraźliwego języka, agresji, braku szacunku wobec administratora lub innych członków będą skutkować usunięciem z grupy.

6.2. Administrator grupy zastrzega sobie prawo do podejmowania decyzji dotyczących odpowiedzi na pytania i ich priorytetyzacji. Brak odpowiedzi na konkretne pytanie nie podlega reklamacji.

7. Techniczne aspekty członkostwa

7.1. Każdy członek grupy zobowiązany jest do terminowego opłacania swojego członkostwa.

7.2. W przypadku braku opłaty członek zostaje automatycznie usunięty z grupy bez wcześniejszego powiadomienia.

7.3. Wszelkie problemy techniczne (np. trudności z dostępem, pytania dotyczące płatności) należy zgłaszać na adres e-mail: przestrzen@lilianaowczar.pl.

7.4. Administrator zastrzega sobie prawo do odpowiedzi na zgłoszenia techniczne w ciągu **48 godzin** od ich otrzymania.

8. Wykorzystanie treści

8.1. Członkowie mogą wykorzystywać zdobywaną wiedzę w praktyce oraz codziennym życiu.

8.2. Zabronione jest jednak:

- Kopiowanie treści grupy.
- Tworzenie konkurencyjnych grup, kursów, materiałów edukacyjnych lub jakichkolwiek innych produktów na bazie treści dostępnych w grupie „Przestrzeń+”.

9. Wykluczenie spamu i reklamy

9.1. W grupie obowiązuje zakaz publikowania reklam, linków, spamu lub treści niezwiązanych z tematyką grupy.

9.2. Naruszenie tej zasady skutkuje usunięciem z grupy.

10. Sytuacje wyjątkowe

10.1. Administrator grupy zastrzega sobie prawo do przerw w publikowaniu treści w wyjątkowych sytuacjach, takich jak:

- Problemy techniczne.
- Nagłe zdarzenia losowe.

10.2. O każdej przerwie członkowie zostaną poinformowani z wyprzedzeniem.

11. Ułatwienia dla nowych członków

11.1. W grupie dostępny jest przewodnik wyjaśniający zasady działania, sposób zadawania pytań oraz dostęp do archiwum treści.

12. Wykluczenie odpowiedzialności

12.1. Informacje udzielane w grupie mają charakter edukacyjny i nie stanowią porady medycznej.

12.2. Administrator grupy nie ponosi odpowiedzialności za skutki wynikające z zastosowania informacji zawartych w grupie bez konsultacji z odpowiednim specjalistą.

Regulamin wchodzi w życie z dn. 25.11.2024.