



# Der Meisterplan

## Lebe Jetzt

マイスタープラン

指 久佐失ウ  
マイスタープラン

### Anwendung, Haftungsausschluss & Datenschutz zum GelassenheitsKompass

Stand: 28.08.2025

#### Rechtlicher Hinweis & Nutzung

Diese Inhalte dienen der **Selbstreflexion und Orientierung**. Sie **ersetzen keine Diagnostik, medizinische Behandlung oder Psychotherapie** und enthalten **keine Heilversprechen**. Du entscheidest selbst, welche Impulse für dich sinnvoll sind.

#### **Belastung / Notfälle**

Belastet dich die Anwendung oder halten Beschwerden an, **wende dich bitte an Ärzt:innen oder Psychotherapeut:innen**. In Akutfällen: **112**. Ärztlicher Bereitschaftsdienst: **116 117**.

TelefonSeelsorge: **0800 111 0 111, 0800 111 0 222** oder **116 123** (kostenfrei, 24/7).

Nummern zuletzt geprüft am 28.08.2025. **Im Zweifel: 112 wählen.**

## **Eigenverantwortung & Haftung**

Die Nutzung erfolgt eigenverantwortlich. **Unsere Haftung – gleich aus welchem Rechtsgrund – ist, soweit gesetzlich zulässig, ausgeschlossen. Unberührt bleibt die Haftung bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit sowie bei Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit. Bei einfacher Fahrlässigkeit haften wir nur bei Verletzung wesentlicher Vertragspflichten (Kardinalpflichten);** in diesem Fall ist die Haftung auf den **vorhersehbaren, vertragstypischen Schaden** begrenzt. **Die vorstehenden Regelungen gelten entsprechend für die persönliche Haftung unserer gesetzlichen Vertreter, Mitarbeitenden und Erfüllungsgehilfen.**

### **Keine Gewähr**

Die Inhalte wurden mit Sorgfalt erstellt; **Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität** können nicht garantiert werden.

## **Methodischer Hinweis**

Der **GelassenheitsKompass** ist eine **eigenständig formulierte Synthese** allgemein zugänglicher psychologischer und neurobiologischer Erkenntnisse; er ist **keine wissenschaftliche Beratung** und **keine klinische Prüfung**.

## **Datenschutz (Art. 13 DSGVO – Kurzinfor)**

**Verantwortlicher:** Zen Solution – Boris Simon, Heuweg 3, 89079 Ulm/Donautal, Deutschland,  
[boris.simon@zen-solution.de](mailto:boris.simon@zen-solution.de)

**Datenkategorien:** Kontaktdaten (z. B. Name, E-Mail), Angaben/Antworten im GelassenheitsKompass, freiwilliges Feedback.

**Zwecke:** Bereitstellung von Auswertungen/Materialien, Kommunikation bei Anfragen, inhaltliche Weiterentwicklung auf Basis **freiwilligen** Feedbacks.

## **Rechtsgrundlagen:**

- **Einwilligung** (Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO), jederzeit widerrufbar.
- **Vertrag/Vertragsanbahnung** (Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO) bei Bestellungen/Downloads.

**Minderjährige:** Angebote richten sich an Personen **ab 16 Jahren**; darunter ist die **Einwilligung der Eltern/Erziehungsberechtigten** erforderlich.

**Empfänger:** Sorgfältig ausgewählte **Dienstleister** (z. B. Hosting, E-Mail/Form-Dienst) als **Auftragsverarbeiter** (Art. 28 DSGVO); **keine** Weitergabe an sonstige Dritte, **außer** wenn gesetzlich vorgeschrieben.

**Drittlandübermittlung:** Eine Übermittlung in Drittländer **erfolgt nur**, wenn die **Voraussetzungen der Art. 44 ff. DSGVO** erfüllt sind.

**Speicherdauer:** Verarbeitung **bis zur Zweckerreichung** bzw. **bis zum Widerruf** der Einwilligung; anschließend **Löschung oder Anonymisierung**, soweit keine gesetzlichen Aufbewahrungspflichten entgegenstehen.

**Rechte:** Auskunft, Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung, Datenübertragbarkeit, **Widerruf** erteilter Einwilligungen sowie **Widerspruch** (soweit einschlägig, z. B. bei Verarbeitungen nach Art. 6 Abs. 1 lit. e/f DSGVO) – jeweils nach Art. 7, 15–21 DSGVO.

**Beschwerde:** Datenschutz-Aufsichtsbehörde, z. B. **LfdI Baden-Württemberg**, Postfach 10 29 32, 70025 Stuttgart, [poststelle@lfdi.bwl.de](mailto:poststelle@lfdi.bwl.de).

**Datensicherheit:** Angemessene **technische und organisatorische Maßnahmen** (Art. 32 DSGVO).

**Weitere Hinweise (z. B. Website/Cookies):** siehe **Datenschutzerklärung** auf [www.zen-solution.de](http://www.zen-solution.de).

---

## **Urheberrecht**

© Zen Solution – © Der Meisterplan / GelassenheitsKompass (Konzept: Boris Simon). **Jede Vervielfältigung, Veröffentlichung, Verbreitung oder kommerzielle Nutzung** – ganz oder auszugsweise – bedarf der **vorherigen schriftlichen Zustimmung**.

## **Herausgeber & Kontakt**

Zen Solution – Boris Simon • Heuweg 3 • 89079 Ulm/Donautal  
[boris.simon@zen-solution.de](mailto:boris.simon@zen-solution.de) • [www.zen-solution.de](http://www.zen-solution.de)