



**हाम्रा लागि तपाईंको गोपनीयता महत्त्वपूर्ण छ।** यो गोपनीयता नीति 'व्यक्तिगत रूपमा पहिचानयोग्य जानकारी' (PII) कसरी अनलाइन प्रयोग भइरहेको छ भनेर चिन्तित भएकाहरूलाई अझ राम्रो सेवा दिनका लागि सङ्कलन गरी अपडेट गरिएको छ। संयुक्त राज्यमा गोपनीयता कानून र जानकारी सुरक्षामा व्याख्या गरिएअनुसार PII भनेको व्यक्ति पहिचान गर्न, सम्पर्क गर्न वा स्थान पत्ता लगाउन आफ्नै वा अन्य जानकारीको साथ प्रयोग गर्न सकिने जानकारी हो। हामीले हाम्रो वेबसाइट र *Count the Kicks* एपअनुसार तपाईंको व्यक्तिगत रूपमा पहिचानयोग्य जानकारी कसरी सङ्कलन, प्रयोग, सुरक्षित वा अन्यथा सम्वाल्छौं भन्ने स्पष्ट बुझाइ प्राप्त गर्न कृपया हाम्रो गोपनीयता नीति ध्यानपूर्वक पढ्नुहोस्।

हाम्रो वेबसाइट र *Count the Kicks* एपमा जाने मानिसहरूबाट हामीले के व्यक्तिगत जानकारी सङ्कलन गर्छौं?

उपयुक्त भएअनुसार हाम्रो एपमा प्रोफाइल सिर्जना गर्दा, तपाईंलाई आफ्नो अनुभवमा मद्दत गर्नका लागि तपाईंको नाम, इमेल ठेगाना, हुलाक कोड, फोन नम्बर वा अन्य विवरणहरू प्रविष्ट गर्न अनुरोध गर्न सकिन्छ।

हाम्रो वेबसाइटमा दान गर्दा वा सामग्रीहरू अर्डर गर्दा, उपयुक्त भएअनुसार तपाईंलाई आफ्नो अनुभव वा शैक्षिक सामग्रीहरू पठाउन मद्दत गर्नका लागि आफ्नो नाम, इमेल ठेगाना, पत्राचार ठेगाना, फोन नम्बर वा अन्य विवरणहरू प्रविष्ट गर्न अनुरोध गर्न सकिन्छ।

हामीले जानकारी कहिले सङ्कलन गर्छौं?

तपाईंले प्रोफाइल सिर्जना गर्दा वा हाम्रो वेबसाइट वा एपमा जानकारी प्रविष्ट गर्दा वा SMS सन्देशमा नामाङ्कन गर्दा हामी तपाईंबाट जानकारी सङ्कलन गर्छौं।

हामीले तपाईंको जानकारी कसरी प्रयोग गर्छौं?

तपाईंले प्रोफाइल सिर्जना गर्दा, हाम्रो न्यूजलेटरका लागि साइन अप गर्दा, SMS सन्देशमा नामाङ्कन गर्दा, सर्वेक्षण वा बजारीकरण सञ्चारमा प्रतिक्रिया दिँदा वा निम्न तरिकामा केही अन्य साइट सुविधाहरू प्रयोग गर्दा हामीले तपाईंबाट सङ्कलन गरेको जानकारी प्रयोग गर्न सक्छौं:

- हामीलाई तपाईंको ग्राहक सेवा अनुरोधहरूको जवाफ दिन अझ राम्रो सेवा गर्न अनुमति दिन
- तपाईंको अनुभवलाई व्यक्तिगतरण गर्न र तपाईंलाई सबैभन्दा रुचि भएको सामग्रीको प्रकार डेलिभर गर्न अनुमति दिन
- प्रवर्द्धन, सर्वेक्षण वा अन्य साइट सुविधाको प्रबन्ध मिलाउन
- सेवा वा उत्पादनहरूका मूल्याङ्कन र समीक्षाहरूका लागि अनुरोध गर्न
- पत्राचार (इमेल, टेक्स्ट वा फोन सोधपूछहरू) पछि तपाईंसँग फलोअप गर्न



हामीले तपाईंको जानकारी कसरी सुरक्षित गर्छौं?

हाम्रो साइटमा तपाईंको भिजिटलाई जति सक्दो सुरक्षित बनाउनका लागि हाम्रो वेबसाइट सुरक्षा प्वाल र ज्ञात कमजोरीहरूका लागि नियमित रूपमा स्क्यान गरिन्छ। हामी नियमित मालवेयर स्क्यानइड प्रयोग गर्छौं।

तपाईंको व्यक्तिगत जानकारी सुरक्षित नेटवर्कहरू पछाडि समावेश छ र त्यस्ता प्रणालीहरूमा विशेष पहुँच अधिकार भएका व्यक्तिहरूको सीमित सङ्ख्या मात्र पहुँचयोग्य छ र जानकारी गोप्य राख्न आवश्यक छ। प्रयोगकर्ताले तपाईंको व्यक्तिगत जानकारीको सुरक्षा कायम राख्न उनीहरूको जानकारी प्रविष्ट गर्दा, पेश गर्दा वा पहुँच गर्दा हामी विभिन्न सुरक्षा उपायहरू लागू गर्छौं।

सबै कारोबार गेटवे प्रदायकमार्फत प्रक्रिया गरिन्छ र हाम्रा सभरहरूमा भण्डार वा प्रक्रिया गरिँदैन।

तेस्रो-पक्ष खुलासा

हामी तपाईंको व्यक्तिगत रूपमा पहिचानयोग्य जानकारी बाहिरी पक्षहरूलाई बिक्री, व्यापार वा अन्यथा स्थानान्तरण गर्दैनौं।

तेस्रो-पक्ष लिङ्कहरू

कहिलेकाहीँ, हामी हाम्रो स्वविवेकमा एपमा भएका तेस्रो-पक्ष उत्पादन वा सेवाहरू समावेश वा प्रस्ताव गर्न सक्छौं। यी तेस्रो-पक्ष साइटहरूमा छुट्टै र स्वतन्त्र गोपनीयता नीतिहरू छन्। त्यसकारण हामीसँग यी लिङ्क गरिएका साइटहरूको सामग्री र क्रियाकलापहरूका लागि कुनै जिम्मेवारी वा दायित्व छैन। यद्यपि, हामी हाम्रो साइटको अखण्डता सुरक्षित गर्न खोज्छौं र यी साइटहरूको बारेमा कुनै पनि प्रतिक्रियालाई स्वागत गर्छौं।

युरोपको सामान्य डाटा सुरक्षा नियमन (GDPR)

GDPR मे 25, 2018 मा लागू भयो र हामीले युरोपेली संघका उपभोक्ताहरूसँग कसरी अन्तरक्रिया गर्छौं भन्ने कुरा नियमन गर्छ। हामीले GDPR अनुपालना सुनिश्चित गर्न निम्न कदमहरू चालेका छौं:

- यस गोपनीयता नीतिलाई GDPR-अनुरूप हुन अपडेट गरियो।
- हाम्रो इमेल सूचीमा भएका व्यक्तिहरूलाई यी अपडेटहरूको जानकारी दिँदै इमेल सञ्चार पठाइयो।
- हामी कुनै पनि युरोपेली डाटा गोपनीयता उल्लङ्घनहरू 72 घण्टाभित्र EU नियामकलाई बताउने छौं।
- सबैभन्दा राम्रो अभ्यास सुरक्षा कार्यक्रमहरू प्रयोग गरी प्रणाली र डाटा सुरक्षित गर्न आवश्यकताहरू अनुपालन गरियो।
- हामीसँग व्यक्तिगत जानकारी पहुँच गर्ने, सुधार गर्ने, मेटाउने र पोर्टेबिलिटी गर्ने व्यक्तिका अधिकारहरू प्रयोग गर्ने अनुरोधहरू स्वीकार गर्ने क्षमता छ। तपाईं कुनै पनि समयमा आफ्नो डाटा स्थायी रूपमा



मेटाउनका लागि अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईं आफ्नो डाटा मेटाउनका लागि अनुरोध गर्न चाहनुहुन्छ भने कृपया [info@countthekicks.org](mailto:info@countthekicks.org) मा इमेल गर्नुहोस्।

- हामीसँग व्यक्तिगत डाटाको प्रक्रियामा प्रतिबन्ध लगाउने वा आपत्ति जनाउने र व्यक्तिगत डाटाको स्वचालित प्रक्रियामा आधारित कुनै पनि निर्णयमा आपत्ति जनाउने व्यक्तिको अनुरोध स्वीकार गर्ने क्षमता छ।

क्यालिफोर्निया अनलाइन गोपनीयता सुरक्षा ऐन

CalOPPA गोपनीयता नीति पोस्ट गर्नका लागि व्यावसायिक वेबसाइट र अनलाइन सेवाहरू आवश्यक पर्ने राष्ट्रको पहिलो राज्य कानून हो। CalOPPA अनुसार, हामी निम्न कुरामा सहमत छौं:

- प्रयोगकर्ताहरूले हाम्रो एपलाई अज्ञात रूपमा भ्रमण गर्न सक्छन्।
- तपाईं हाम्रो वेबसाइट, [www.countthekicks.org](http://www.countthekicks.org) मा यो गोपनीयता नीति फेला पार्न सक्नुहुन्छ। तपाईंलाई हाम्रो गोपनीयता नीति पृष्ठमा कुनै पनि गोपनीयता नीति परिवर्तनको बारेमा सूचित गरिने छ।
- प्रयोगकर्ताहरू आफ्नो खातामा लग इन गरेर व्यक्तिगत जानकारी परिवर्तन गर्न सक्छन्।

हाम्रो वेबसाइटले Do Not Track सङ्केतहरू कसरी सम्हाल्न सक्छ?

हामी Do Not Track सङ्केतहरू र Do Not Track लाई सम्मान गर्छौं, कुकीहरू प्लान्ट गर्छौं वा Do Not Track (DNT) ब्राउजर मेकानिजम भएको बेला हामीले विज्ञापन प्रयोग गर्छौं।

हामी तेस्रो-पक्ष व्यवहारात्मक ट्राकिङलाई अनुमति दिदैनौं।

COPPA (बालबालिका अनलाइन गोपनीयता सुरक्षा ऐन)

13 वर्षभन्दा कम उमेरका बालबालिकाको व्यक्तिगत जानकारी सङ्कलन हुँदा, बालबालिका अनलाइन गोपनीयता सुरक्षा ऐन (COPPA) ले अभिभावकहरूलाई नियन्त्रणमा राख्छ। फेडरल ट्रेड कमिसन, संयुक्त राज्य अमेरिकाको उपभोक्ता सुरक्षा एजेन्सीले बालबालिकाको गोपनीयता र अनलाइन सुरक्षालाई सुरक्षित गर्न वेबसाइट र अनलाइन सेवाहरूका सञ्चालकहरूले के गर्नुपर्छ भनेर बताउने COPPA नियम लागू गर्छ।

हामीले विशेषगरी 13 वर्षभन्दा कम उमेरका बालबालिकालाई लक्षित गर्दैनौं।

निष्पक्ष जानकारी अभ्यासहरू

निष्पक्ष जानकारी अभ्यासहरू सिद्धान्तहरूले संयुक्त राज्यमा गोपनीयता कानूनको मेरुदण्ड बनाउँछ र तिनीहरूमा समावेश अवधारणाहरूले विश्वभरि डाटा सुरक्षा कानूनहरूको विकासमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ। निष्पक्ष जानकारी अभ्यास सिद्धान्तहरू र तिनीहरूलाई कसरी लागू गर्नुपर्छ भन्ने बुझाई व्यक्तिगत जानकारी सुरक्षा गर्ने विभिन्न गोपनीयता कानूनहरू पालना गर्न महत्त्वपूर्ण छ।



डाटा उल्लङ्घन भएको छ भने निष्पक्ष जानकारी अभ्यासहरू अनुरूप हुनका लागि हामी तपाईंलाई 1 व्यवसाय दिनभित्र इमेलमार्फत सूचित गर्ने छौं।

हामी व्यक्तिहरूलाई कानूनको पालना गर्न असफल हुने डाटा सङ्कलनकर्ता र प्रोसेसरहरूविरुद्ध कानुनी रूपमा लागूयोग्य हुने अधिकारहरू पछ्याउने अधिकार छ भनी आवश्यक पर्ने व्यक्तिगत निवारण सिद्धान्तमा पनि सहमत छौं। यो सिद्धान्तमा व्यक्तिहरूसँग डाटा प्रयोगकर्ताहरूविरुद्ध लागूयोग्य अधिकारहरू मात्र नभई व्यक्तिहरूले डाटा प्रोसेसरहरूद्वारा गैर-अनुपालन छानबिन गर्न र/वा मुद्दा चलाउन अदालत वा सरकारी एजेन्सीहरूको सहारा लिन पनि आवश्यक पर्छ।

CAN SPAM ऐन

CAN-SPAM ऐन भनेको व्यावसायिक इमेलका लागि नियमहरू तोक्ने, व्यावसायिक सन्देशहरूका लागि आवश्यकताहरू स्थापना गर्ने, प्राप्तकर्ताहरूलाई इमेलहरू पठाउनबाट रोक्ने अधिकार दिने र उल्लङ्घनहरूका लागि कडा दण्डहरू बताउने कानून हो।

हामीले निम्न कार्यका लागि तपाईंको इमेल ठेगाना सङ्कल गर्छौं:

- जानकारी पठाउनुहोस्, सोधपूछ र/वा अन्य अनुरोध वा प्रश्नहरूको जवाफ दिनुहोस्
- हाम्रो पत्राचार सूचीमा मार्केट गर्नुहोस् वा मूल कारोबार भएपछि हाम्रा ग्राहकहरूलाई इमेलहरू पठाउन जारी राख्नुहोस्।

CANSPAM अनुसार हुन, हामी निम्न कुरामा सहमत छौं:

- गलत वा भ्रामक विषय वा इमेल ठेगानाहरू प्रयोग नगर्नुहोस्।
- सन्देशलाई केही उचित तरिकामा विज्ञापनको रूपमा पहिचान गर्नुहोस्।
- हाम्रो व्यवसाय वा साइट मुख्यालयको भौतिक ठेगाना समावेश गर्नुहोस्।
- तेस्रो-पक्ष इमेल मार्केटिङ सेवाहरू गरिएको छ भने अनुपालनका लागि तिनीहरूको निगरानी गर्नुहोस्।
- अष्ट-आउट/सदस्यता रद्द गर्ने अनुरोधहरूलाई छिट्टै सम्मान गर्नुहोस्।
- प्रयोगकर्ताहरूलाई प्रत्येक इमेलको तलको लिङ्क प्रयोग गरेर सदस्यता रद्द गर्न अनुमति दिनुहोस्।

तपाईं कुनै पनि समयमा भविष्यका इमेलहरू प्राप्त गर्नबाट सदस्यता रद्द गर्न चाहनुहुन्छ वा यस गोपनीयता नीतिको बारेमा कुनै पनि प्रश्न छ भने, तपाईंले हामीलाई [info@countthekicks.org](mailto:info@countthekicks.org) मा इमेल गर्न सक्नुहुन्छ।