

ПУБЛИЧНАЯ ОФЕРТА **на оказание информационно-консультационных услуг**

г. Тула
21 мая 2026 года

Самозанятая Никитенкова Анастасия Владимировна, ИНН 713005100553, именуемая в дальнейшем «Исполнитель», настоящим предлагает заключить абонентский договор на оказание информационно-консультационных услуг (далее – договор) на указанных ниже условиях с любым физическим лицом, достигшим полной гражданской дееспособности, посредством совершения акцепта настоящей оферты.

Внимательно прочитайте текст данной оферты и, если вы не согласны с каким-либо пунктом настоящей Оферты, Исполнитель предлагает вам отказаться от совершения каких-либо действий, необходимых для акцепта.

1. Общие положения.

1.1. В настоящей оферте, если контекст не требует иного, нижеприведенные термины имеют следующие значения:

оферта – опубликованное в информационно-телекоммуникационной сети Интернет по адресу <https://nikidiet.ru/> предложение заключить абонентский договор на оказание информационно-консультационных услуг между Заказчиком и Исполнителем, на указанных в тексте настоящей оферты условиях;

акцепт – полное и безоговорочное принятие Заказчиком условий оферты, посредством совершения действий, указанных в пункте 2.3 настоящей оферты;

сайт – информационный ресурс Исполнителя, представленный совокупностью информации, текстов, графических элементов, дизайна, изображений, фото и видеоматериалов и иной информации, доступ к которой обеспечивается посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть Интернет) по адресу <https://nikidiet.ru/>;

Заказчик – любое осуществившее акцепт оферты физическое лицо, достигшее полной гражданской дееспособности;

адрес электронной почты Исполнителя – nikidiet@yandex.ru;

информационно-консультационные услуги, услуги – консультирование по вопросам здорового питания и здорового образа жизни, содержание, форма (устная и (или) письменная (в виде предоставления резюме, стратегии, брошюр и т.п.)), стоимость, количество и сроки оказания которых определяются в зависимости от тарифа конкретных услуг, выбранных Заказчиком на сайте Исполнителя, а также предоставление файлов или ссылок для их просмотра в виде гайдов или чек-листов (далее-инфопродукт), стоимость и порядок предоставления которых отражена на сайте Исполнителя и настоящей офертой. Услуги оказываются в формате офлайн (очно) или онлайн (дистанционно с помощью сети «Интернет» с использованием сервиса видеоконференцсвязи или видеосвязи в сервисе обмена сообщениями WhatsApp либо Telegram, либо FaceTime), и носят исключительно информационный и рекомендательный характер;

тариф – стоимость информационно-консультационных услуг, указанная на сайте Исполнителя, в зависимости от вида услуги, ее содержания и условий предоставления, которая включает в себя в том числе права использования результата интеллектуальной деятельности на условиях, предусмотренных разделом 6 настоящей оферты;

стоимость услуг – абонентская плата, которую Заказчик оплачивает по заключенному с Исполнителем договору в виде фиксированного платежа(ей) в зависимости от вида услуги (за исключением инфопродукта), ее содержания и условий предоставления, не зависит от объема запрошенного от Исполнителя исполнения. В отношении услуги по предоставлению гайдов и чек-листов стоимость услуги определяется как цена за единицу инфопродукта;

время оказания услуг – по московскому времени.

1.2. Осуществляя акцепт, Заказчик подтверждает факт ознакомления с содержанием настоящей оферты, а также с иной информацией и условиями оказания услуг, указанными на сайте, в том числе со стоимостью услуг, и выражает полное и безоговорочное согласие с настоящей офертой.

2. Предмет договора

2.1. Исполнитель на условиях оферты обязуется оказать информационно-консультационные услуги в соответствии с выбранным и оплаченным Заказчиком тарифом.

Услуги направлены на удовлетворение потребностей Заказчика в получении информации. Информация об услугах содержится на сайте Исполнителя <https://nikidiet.ru/> и в настоящей оферте.

2.2. Информация о тарифах (в том числе содержании, форме, стоимости, количестве и сроках оказания услуги) отражена в Приложениях №1-5, №9 к оферте. Информация об инфопродуктах отражена в Приложениях №6-8 к оферте.

2.3. Акцептом настоящей оферты является внесение Заказчиком либо третьим лицом в пользу Заказчика предоплаты в размере, предусмотренном для соответствующего тарифа п. 3.3 – 3.7 настоящей оферты. При оплате стоимости услуг Заказчик соглашается с заключением договора на указанных в настоящей оферте условиях.

2.4. Моментом заключения договора признается дата совершения Заказчиком оплаты стоимости услуг в соответствии с пунктом 2.3 настоящей оферты.

2.5. Обмен информацией между Исполнителем и Заказчиком для целей оказания услуг, если иное не предусмотрено настоящей офертой, осуществляется через электронную почту и (или) сервис обмена сообщениями WhatsApp либо Telegram, либо MAX (далее – мессенджер).

Обмен информации через мессенджеры WhatsApp либо Telegram осуществляется без обмена персональными или платёжными данными.

2.6. Срок оказания услуги определяется конкретным периодом времени в зависимости от выбранной на сайте Исполнителя услуги и тарифа и исчисляется с момента ее оплаты Заказчиком. Услуги предоставляются по требованию Заказчика в период срока их оказания.

Дата, время начала консультации, формат консультации (офлайн/онлайн), место ее проведения (для офлайн формы), сервис для видеосозвона (для онлайн формы) согласовывается Заказчиком и Исполнителем по электронной почте, либо с использованием мессенджера.

2.7. В соответствии со статьей 429.4 ГК РФ заключаемый посредством акцепта настоящей оферты договор является абонентским, за исключением случая оказания услуги по предоставлению инфопродукта. Заказчик оплачивает услуги Исполнителя за право требовать от Исполнителя предоставления предусмотренных Договором услуг в объеме, соответствующему выбранному им тарифу и виду услуги.

2.8. В случае если тарифом предусмотрена передача Заказчику рекомендации по приему и дозировке биологически активных добавок и (или) витаминно-минеральных комплексов (их наименование и количество) и (или) стратегии (программы) по питанию и здоровому образу жизни и (или) схемы приема витаминов и биологически активные добавки (БАД), Заказчик в течение 7 (Семи) календарных дней после их получения, но не позднее окончания срока оказания услуги, имеет право дополнительно задать Исполнителю вопросы по представленной ему информации. По истечении указанного срока либо окончания срока оказания услуги дополнительное консультирование по предоставленной Исполнителем информации и рекомендациям не предоставляется.

2.9. Услуги Исполнителя носят исключительно рекомендательный и информационный характер. Заказчик может как принять рекомендацию Исполнителя, так и отказаться от неё. Если Заказчик принимает предложенную рекомендацию, то лично несет ответственность за правильное выполнение полученных от Исполнителя рекомендаций.

2.10. В случае если выданные Исполнителем рекомендации содержат информацию на определенные витамины и БАД, данная информация носит рекомендательный характер, и в случае изъясления воли Заказчика об использовании рекомендаций необходима консультация специалиста.

2.11. Исполнитель не оказывает медицинских услуг, не устанавливает диагноз заболевания, не обеспечивает устранение либо облегчение проявлений заболеваний, не обеспечивает и не гарантирует изменение физического либо психического состояния Заказчика, не осуществляет восстановление здоровья Заказчика. Заказчик согласен, что отсутствие изменений его физического либо психического состояния, либо их изменение «не так», как ему бы хотелось, не является недостатком услуг Исполнителя, в связи с тем, что услуги Исполнителя заключаются в консультировании и информировании Заказчика по вопросам здорового питания и здорового образа жизни, а не в организации изменений физического либо психического состояния Заказчика.

2.12. Если иное не согласовано Сторонами, любое оказание услуг в пользу третьих лиц не допускается.

2.13. Услуги Исполнителя считаются оказанными качественно и в полном объеме в зависимости от того, какие обстоятельства наступят ранее: после фактического оказания услуг в объеме, предусмотренном соответствующим тарифом, либо окончания срока их оказания, вне зависимости от того затребовал Заказчик услуги или нет.

2.14. Стороны договорились не подписывать акт приема-передачи оказанных услуг. В случае непоступления в течение 3 (трех) календарных дней от Заказчика мотивированной претензии по качеству и объему оказанных услуг по истечении 7 (семи) календарных дней с даты фактического оказания услуг

в объеме, предусмотренном соответствующим тарифом, либо окончания срока оказания услуг, в зависимости от того, какие обстоятельства наступят ранее, услуга считается оказанной в полном объеме и надлежащего качества.

2.15. Исполнителем в любое время, без предварительного уведомления Заказчика могут быть изменены условия настоящей оферты. Изменения, вносимые в оферту, не имеют обратной силы. Информация об изменении условий оферты размещается Исполнителем на сайте <https://nikidiet.ru/>

3. Стоимость услуг Исполнителя и порядок расчетов

3.1. Стоимость услуги определяется в зависимости от выбранного Заказчиком тарифа и указана на сайте Исполнителя, НДС не облагается.

3.2. Заказчик оплачивает услуги независимо от того, было ли затребовано им соответствующее исполнение от Исполнителя. Количество консультаций, затребованных Заказчиком у Исполнителя, не учитывается и не влияет на стоимость услуг по Договору.

3.3. Оплата услуг для тарифов «Консультация нутрициолога», «Абонемент: поддержка нутрициолога в формате «Вопрос-ответ», «Групповое наставничество» осуществляется Заказчиком в следующем порядке:

- для заключения договора Заказчик вносит предоплату в размере не менее 50% от общей стоимости выбранного им тарифа;

- оставшуюся сумму Заказчик оплачивает в день фактического оказания услуги в объеме, предусмотренном соответствующим тарифом, либо в течение трех дней после окончания срока оказания услуг, в зависимости от того, какие обстоятельства наступят ранее.

3.4. Оплата услуг для тарифа «Индивидуальное ведение нутрициологом» осуществляется Заказчиком до начала их оказания в виде предоплаты в следующем порядке:

- единовременно в размере 100% стоимости тарифа либо

- ежемесячно, равными долями, в размере стоимости одного месяца оказания услуги, до даты начала каждого отчетного месяца, которая определяется в зависимости от даты начала оказания услуг по данному тарифу.

3.5. Оплата услуг для тарифа Клуб по привычкам «NK| Routine Club» осуществляется Заказчиком путем внесения предоплаты в размере 100% от его стоимости за соответствующий период доступа к закрытому чату клубу (период подписки на клуб).

3.6. Оплата услуг для тарифов Гайд «Гид по продуктам», Гайд «Инструкции по витаминам» Заказчиком путем внесения предоплаты в размере 100% от их стоимости.

3.7. Оплата услуг по предоставлению инфопродуктов осуществляется Заказчиком путем внесения предоплаты в размере 100% от их стоимости. В подтверждение заключения договора на условиях оферты после оплаты Исполнитель в течение 3 (трех) рабочих дней направляет инфопродукт Заказчику удобным для него способом через электронную почту и (или) мессенджер.

3.8. Оплата стоимости услуг производится Заказчиком любым из следующих способов:

- перечисления денежных средств на банковский счет Исполнителя по реквизитам, указанным в разделе 10 настоящей оферты;

- наличными денежными средствами Исполнителю.

Факт оплаты Исполнитель подтверждает сформированным чеком, который направляет Заказчику по адресу его электронной почты.

4. Права и обязанности сторон

4.1. Исполнитель обязан:

4.1.1. обеспечить оказание услуги в соответствии с условиями настоящей оферты;

4.1.2. в течение трех рабочих дней со дня получения предоплаты направить Заказчику на его адрес электронной почты ссылку на анкету;

4.1.3. обеспечить безопасность обрабатываемых персональных данных Заказчика.

4.2. Исполнитель вправе:

4.1.1. самостоятельно определять методы, способы и порядок оказания услуг;

4.1.2. изменять стоимость оказываемых услуг в одностороннем порядке без размещения предварительного уведомления, за исключением стоимости уже приобретенных Заказчиком услуг;

4.1.3. на основании ч.5 ст. 7 Закона РФ «О защите прав потребителей», если у Исполнителя возникли подозрения о наличии у Заказчика заболевания или состояния, опасного для здоровья Заказчика, Исполнитель имеет право приостановить оказание услуг до консультации Заказчика со специалистом.

4.2. Заказчик обязан:

4.2.1. своевременно, в соответствии с условиями настоящей оферты, оплачивать услуги Исполнителя;

4.2.2. в целях обеспечения Исполнителю условия для оказания Услуг надлежащего качества предоставить Исполнителю достоверные сведения, необходимые и достаточные для оказания Услуг, а именно:

- заполнить анкету в срок, не превышающий 5 (Пяти) календарных дней со дня получения от Исполнителя по электронной почте ссылки для ее заполнения;

- направить иную информацию по запросу Исполнителя в течение 5 (Пяти) календарных со дня получения запроса.

4.2.3. Тарифом может быть предусмотрено направление Заказчику индивидуального списка анализов и диагностических исследований для сдачи, результаты которых необходимы для оказания услуги: разработки на основе их изучения индивидуальной рекомендации и (или) стратегии (программы) по питанию и здоровому образу жизни и (или) схемы приема витаминов и БАД и (или) рекомендаций по формированию правильных пищевых привычек, по вопросу подбора рациона, продуктов. Заказчик согласен и обязуется предоставить Исполнителю сведения о состоянии здоровья, а именно о результатах анализов и исследований, до истечения срока их годности и в пределах срока оказания услуги, с учетом п. 4.2.4 настоящей оферты.

4.2.4. Заказчик понимает и согласен, что при выборе тарифа, предусматривающего разработку индивидуальной рекомендации и (или) стратегии (программы) по питанию и здоровому образу жизни и (или) схемы приема витаминов и БАД, Исполнителю по его запросу Заказчику необходимо предоставить в согласованные Сторонами сроки, но не позднее чем за 7 календарных дней до окончания срока оказания услуг, запрашиваемые сведения о состоянии здоровья, а именно о результатах анализов и (или) результатах диагностических исследований. Обработка Исполнителем персональных данных Заказчика, включающих в себя сведения о состоянии здоровья, осуществляется на основании письменного согласия Заказчика. При непредоставлении такого согласия и (или) указанных сведений, в том числе в установленный настоящим пунктом срок Исполнитель вправе предоставить общие рекомендации по питанию исходя рекомендаций для различных групп населения без индивидуальных особенностей Заказчика.

4.2.5. При наличии диагностированных заболеваний, препятствующих оказанию услуг предупредить об этом Исполнителя.

4.2.6. самостоятельно и за свой счет обеспечить наличие технических условий (доступ к сети Интернет) для получения услуг (в случае их оказания в онлайн форме);

4.2.7. не допускать неуважительное отношения к Исполнителю;

4.2.8. не разглашать конфиденциальную информацию и другие сведения, ставшие ему известными в связи с исполнением Исполнителем условий договора;

4.2.9. не передавать третьим лицам рекомендации исполнителя и иную информацию и материалы, использовать их только для личного пользования.

4.3. Соглашаясь с условиями оферты и делая акцент, Заказчик дает Исполнителю согласие на безвозмездное использование любыми способами текста отзыва (в т.ч. фото и видеоизображение), оставленного Заказчиком в социальных сетях или на иных ресурсах, в том числе в виде скриншота, до его отзыва.

4.4. Заказчик вправе:

4.4.1. получить от Исполнителя оплаченные услуги в соответствии с условиями настоящей оферты;

4.4.2. получать от Исполнителя полную своевременную и достоверную информацию по вопросу оказания им услуг.

4.4.3. При наличии в выбранном тарифе возможности направления Заказчиком вопросов и получения обратной связи от Исполнителя направлять Исполнителю вопросы для их рассмотрения в рамках консультации с понедельника по субботу с 09:00 до 20:00 по московскому времени.

5. Возврат стоимости услуг

5.1. Заказчик вправе отказаться от исполнения договора досрочно, в любое время при условии оплаты Исполнителю фактически понесенных им расходов, связанных с исполнением обязательств по заключенному договору

5.2. В случае одностороннего отказа от исполнения договора Заказчик направляет Исполнителю на адрес электронной почты Исполнителя письменное уведомление Заказчику об одностороннем отказе от исполнения договора с указанием реквизитов счета банковской карты, с которой Заказчик производил оплату стоимости услуг, а также даты и суммы платежа. Уведомление об

одностороннем отказе от исполнения договора может быть направлено Заказчиком в любой момент до окончания срока оказания услуги. Датой расторжения договора следует исчислять с даты получения Исполнителем уведомления об одностороннем отказе от исполнения договора.

5.3. В случае одностороннего отказа Заказчиком от исполнения договора Исполнитель производит Заказчику возврат стоимости предоплаты с учетом вычета стоимости фактически оказанных услуг и понесенных Исполнителем расходов; часть абонентской платы по договору возвращается пропорционально стоимости не истекшего периода действия абонентского договора

5.4. Если Заказчик не воспользовался услугой Исполнителя по причинам, не зависящим от Исполнителя, и в порядке и сроки, установленные в абзаце первом пункта 5.2 оферты, не направил Исполнителю уведомление об одностороннем отказе от исполнения договора, стоимость услуг Заказчику не возвращается. В указанном случае услуги считаются оказанными в соответствии со статьей 429.4 ГК РФ, в установленные сроки, в полном объеме и надлежащего качества.

5.5. Решение о возврате денежных средств принимается Исполнителем и направляется Заказчику по адресу его электронной почты в течение 10 (десяти) рабочих дней с момента получения соответствующего заявления Заказчика, направленного в порядке и сроки, указанные в пункте 5.2 настоящей оферты.

В случае принятия решения о возврате срок возврата Исполнителем денежных средств Заказчику составляет 20 (двадцать) дней со дня принятия такого решения.

6. Права на результаты интеллектуальной деятельности

6.1. Авторские права на дизайн сайта Исполнителя, тексты, видео и фотографии сайта и аккаунтов Исполнителя в социальных сетях, название и содержание тарифа, разработанные индивидуально для Заказчика письменные рекомендации и (или) индивидуальные стратегии (программы) по питанию и здоровому образу жизни и (или) схемы приема витаминов и БАД, раздаточные материалы и аудиовизуальные произведения Исполнителя (в т.ч. видеозапись консультации если Стороны ее согласовали), другие охраняемые законом результаты интеллектуальной деятельности Исполнителя или его средства индивидуализации принадлежат Исполнителю.

6.2. Заказчики имеют право использовать результаты интеллектуальной деятельности Исполнителя на условиях неисключительной лицензии исключительно для личного пользования посредством: скачивания на цифровые носители, хранения, распечатывания.

6.3. Заказчику запрещается передавать третьим лицам предоставленные ему доступ к результатам интеллектуальной деятельности Исполнителя.

6.4. В случае нарушения Заказчиком исключительных прав Исполнителя на результаты его интеллектуальной деятельности Исполнитель вправе по своему выбору потребовать с Заказчика возмещения убытков либо выплаты компенсации в размере, предусмотренном статьей 1301 ГК РФ.

7. Конфиденциальность.

7.1. Стороны в течение срока действия настоящего договора, а также в течение 3 (трех) лет по окончании его действия, обязуются обеспечить конфиденциальность условий договора, а также любой иной информации и данных, получаемых друг от друга в связи с исполнением заключенного договора (в том числе персональных данных), за исключением информации и данных, являющихся общедоступными.

8. Ответственность.

8.1. За неисполнение или ненадлежащее исполнение своих обязательств по договору Стороны несут ответственность, предусмотренную законодательством Российской Федерации.

8.2. В случае непредоставления полных и достоверных сведений, необходимых для оказания услуг Исполнителем, либо их несвоевременное предоставление, а также вследствие других нарушений условий настоящего договора со стороны Заказчика вся ответственность за несоответствие результата оказания услуг переходит на Заказчика.

8.3. В случае невозможности исполнения услуг, возникшей по вине Заказчика, в том числе в связи с непредоставлением запрашиваемых Исполнителем сведений, услуги подлежат оплате в полном объеме, если иное не предусмотрено законом.

8.4. В случае непредоставления Заказчиком по запросу Исполнителя в период срока оказания услуг сведений, необходимых и достаточных для оказания Услуг в полном объеме, Исполнитель не несет ответственность перед Заказчиком за качество оказания услуг и их объем.

8.5. Ответственность за приобретение витаминов и биологически активных добавок к пище, соблюдение рекомендаций по их употреблению лежит на Заказчике.

8.6. Вся передаваемая в рамках оказания Услуг информация носит исключительно рекомендательный и информационный характер. Исполнитель не несет ответственности за какие – либо последствия, возникшие в результате использования Заказчиком по своей воле полученной информации. Исполнитель не несет ответственность за качество и воздействие биологически активных добавок к пище или витаминов, отдельных ингредиентов, рекомендованных в рамках консультации.

8.7. Исполнитель не несет ответственности за несоответствие предоставленной услуги ожиданиям Заказчика и/или за его субъективную оценку. Несоответствие ожиданиям и (или) отрицательная субъективная оценка не являются основаниями считать услуги оказанными некачественно или не в согласованном объеме. Также не являются такими основаниями мнения третьих лиц, отличные от мнения Исполнителя.

8.8. Исполнитель не несет ответственности за то, каким образом Заказчиком будет использована полученная в результате оказания услуги информация.

8.9. Исполнитель не несет ответственность за невозможность оказания услуг Заказчику по причинам, не зависящим от Исполнителя, в том числе: нарушение работы сети Интернет. В указанном случае услуги считаются оказанными надлежащим образом и подлежат оплате в полном объеме.

8.10. Исполнитель освобождается от ответственности за нарушение условий Договора, если такое нарушение вызвано действием обстоятельств непреодолимой силы (форс-мажор), включая, но не ограничиваясь следующими событиями: военные действия; проведение СВО; мятежи; объявление чрезвычайного положения; восстания; террористические акты, гражданские беспорядки, национальные или отраслевые забастовки; эпидемии; стихийные бедствия, удар молнии, землетрясение, наводнение, пожар; взрыв; шторм; крушения; общенациональный траур; принятие государственными, муниципальными органами запретительных (ограничительных, предупредительных, карантинных) мер вследствие наступления вышеуказанных обстоятельств, а также в целях их недопущения; иные обстоятельства вне разумного контроля Исполнителя, которые могут повлиять на исполнением им договора.

В указанном случае несоблюдение Исполнителем сроков оказания услуг не является нарушением Исполнителем условий оказания услуг. Сроки оказания услуг продлеваются соразмерно срокам действия вышеуказанных обстоятельств непреодолимой силы. Стороны вправе согласовать иные сроки оказания услуг в случае действия обстоятельств непреодолимой силы.

9. Формы и способы направления претензии

9.1. Требования и претензии должны предъявляться Заказчиком в письменной форме следующими способами:

- по адресу электронной почты Исполнителя, при условии направления с адреса электронной почты Заказчика, ранее указанной в форме обратной связи на сайте Исполнителя либо в направленной Исполнителю анкете Заказчика;

- в письменной форме по адресу: 300041, г. Тула, ул. Советская, д. 56, оф.5

9.2. Претензии Покупателей рассматриваются в порядке и сроки, установленные законодательством Российской Федерации.

10. Иные условия

10.1. Оферта вступает в силу с момента размещения в сети Интернет на сайте Исполнителя и действует до момента отзыва оферты Исполнителем.

Заключенный в соответствии с офертой договор, вступает в силу с момента ее акцепта и действует до момента окончания оказания услуг в соответствии с условиями настоящей офертой.

10.2. Договор может быть расторгнут досрочно по соглашению Сторон или в одностороннем порядке в случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

10.3. Признание судом недействительности какого-либо положения настоящей оферты не влечёт за собой недействительность остальных её положений.

10.4. Во всем остальном, что не предусмотрено условиями настоящей оферты, стороны руководствуются законодательством Российской Федерации.

10.5. Перечень приложений к оферте:

10.5.1. Приложение №1 «Экспресс-диагностика»

10.5.2. Приложение №2 Тариф «Консультация нутрициолога»

10.5.3. Приложение №3 Тариф «Индивидуальное ведение нутрициологом»

10.5.4. Приложение №4 Тариф «Абонемент: Поддержка нутрициолога в формате «вопрос-ответ»

10.5.5. Приложение №5 Тариф «Групповое наставничество»

- 10.5.6. Приложение №6 Гайд «Гид по продуктам»
- 10.5.7. Приложение №7 Гайд «Инструкции по витаминам»
- 10.5.8. Приложение №8 Гайд «Чек-ап по анализам»
- 10.5.9. Приложение №9 Клуб по привычкам «NK | Routine Club»

11. Реквизиты Исполнителя

Самозанятая Никитенкова Анастасия Владимировна
ИНН 713005100553

Почтовый адрес: 300041, г. Тула, ул. Советская, д. 56

Telegram: A_Nikitenkova

Телефон: +7 906 530-28-37

Email: nikidiet@yandex.ru

Банковские реквизиты:

Номер счета: 40817810766001363980

Банк получателя: ТУЛЬСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ N8604 ПАО СБЕРБАНК

БИК: 047003608

Корр. счет: 30101810300000000608

ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКА

Что входит:

- Знакомство с нутрициологом
- Примерный план достижения цели
- Помощь в формировании запроса
- Понимание, закрывает ли нутрициолог ваш запрос
- Подбор подходящей услуги нутрициолога
- Ответы на организационные вопросы

Срок оказания услуги: 15 минут.

Стоимость оказания услуги: бесплатно.

Формат предоставления услуги: онлайн с использованием видеосвязи

Дата, время начала предоставления услуги дополнительно согласовывается Заказчиком и Исполнителем.

ТАРИФ «КОНСУЛЬТАЦИЯ НУТРИЦИОЛОГА»

Услуги можно получить в двух форматах:

1. Консультация по коррекции питания (без анализов):
 - Одна встреча для проведения консультации
 - Длительность консультации - один час
 - Формат консультации - онлайн или офлайн
 - Разбор стратегии питания и образа жизни для достижения вашей цели
 - Резюме по итогам консультации

Стоимость услуги 4000 руб.

2. Консультации по коррекции питания и составлению схемы приёма БАД (с рассмотрением анализов):
 - Две встречи для проведения двух консультаций (до и после сдачи анализов)
 - Длительность каждой консультации один час
 - Формат консультации - онлайн или офлайн
 - Индивидуальный список анализов
 - Разбор стратегии питания и образа жизни для достижения вашей цели
 - Резюме по итогам консультации
 - Схема приема витаминов и БАД на ближайшие 3 месяца

Стоимость услуги 8000 руб.

Срок оказания услуг: консультации в обоих форматах предоставляются в течение 1 (одного) месяца со дня, следующего за днем предоплаты услуг Заказчиком.

Дата, время начала и формат консультации (офлайн/онлайн) дополнительно согласовывается Заказчиком и Исполнителем по электронной почте, либо с использованием мессенджера WhatsApp или Telegram

ТАРИФ «ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ВЕДЕНИЕ НУТРИЦИОЛОГОМ»

Услуга включает в себя:

- Восемь консультаций в течение трех месяцев
- Длительность каждой консультации один час
- Формат консультации - онлайн или офлайн
- Разработка индивидуальной стратегии питания под запрос Заказчика
- Ежедневное выстраивание системы питания, коррекция основных ошибок
- Обратная связь по дневнику питания
- Помощь в планировании приемов пищи
- Индивидуальный список анализов для сдачи
- Схема приема витаминов и БАД на ближайшие 3 месяца
- Подбор подходящих рецептов
- Помощь в выборе блюд в кафе и ресторанах, в гостях, в командировках и в отпуске
- Индивидуальное обучение составлению рациона под себя, свои особенности и образ жизни
- Составление по итогам месяца резюме и стратегии по питанию для дальнейших действий

В первый месяц индивидуального ведения нутрициологом входит одна консультация в неделю, всего четыре консультации в течение месяца.

Последующие месяцы индивидуального ведения нутрициологом включают в себя две консультации в течение месяца.

Срок оказания услуги составляет 3 месяца со дня, следующего за днем предоплаты услуги Заказчиком, при наличии свободных мест, с начала месяца или с середины. По окончании указанного срока Стороны вправе согласовать продолжение оказания услуг на срок дополнительно оплаченных Заказчиком месяцев на условиях предоставления не более двух консультаций в течение месяца.

Стоимость услуги за 3 месяца составляет 210 000 рублей, из расчета 70 000 рублей за месяц. Начиная с четвертого месяца стоимость услуг за каждый последующий месяц составляет 70 000 рублей.

Дата, время начала и формат консультации (офлайн/онлайн) дополнительно согласовывается Заказчиком и Исполнителем по электронной почте, либо с использованием WhatsApp или Telegram.

ТАРИФ «АБОНЕМЕНТ: ПОДДЕРЖКА НУТРИЦИОЛОГА В ФОРМАТЕ «ВОПРОС-ОТВЕТ»

Услуга предоставляется Заказчикам, проходившим индивидуальную работу с нутрициологом ранее и желающим оставаться на связи со специалистом.

Услуга предоставляет возможность оставаться с нутрициологом на связи в личных сообщениях, получать ответы на вопросы, получать рекомендации по витаминам, не записываясь на отдельные консультации

Что входит:

- 3 консультации в течение 3 месяцев, по 1 консультации в месяц
- Длительность каждой консультации 1 час
- Коррекция основных ошибок в питании
- Регулярная обратная связь по вопросам
- Индивидуальный список анализов для сдачи
- Коррекция схемы приема витаминов и БАД
- Составление по итогам месяца резюме и стратегии по питанию для дальнейших действий

Бонусы

Помощь в выборе блюд в кафе и ресторанах, в гостях, в командировках и в отпуске.

Срок оказания услуги: 3 месяца со дня, следующего за днем предоплаты услуги Заказчиком.

Стоимость услуги за 3 месяца составляет 35 000 рублей, из расчета 11 666 рублей за 1 месяц.

Дата, время начала и формат консультации (офлайн/онлайн) дополнительно согласовывается Заказчиком и Исполнителем по электронной почте, либо с использованием WhatsApp или Telegram.

ТАРИФ «ГРУППОВОЕ НАСТАВНИЧЕСТВО»

Услуга включает в себя:

- 6 групповых встреч с использованием сервиса видеоконференцсвязи
- Длительность каждой встречи 2 часа
- Формат встречи - онлайн
- Составление схемы витаминов и помощь в питании
- Индивидуальный список анализов для сдачи
- Возможность живого разбора от Исполнителя
- Коррекция основных ошибок в питании
- Групповой чат с участниками
- Получение обратной связи от Исполнителя в групповом чате
- Полезные знания в Телеграм-канале наставничества
- Доступ к записям встреч навсегда
- Контакты проверенных врачей и специалистов по запросу
- Сертификат по окончанию наставничества
- Приглашение на офлайн-выпускной
- Мини-группа: всего 10 мест

Бонус: помощь в подборе БАД

Срок оказания услуги: 2 месяца со дня добавления в групповой чат после предоплаты услуги Заказчиком в размере не менее 50% от общей стоимости тарифа, при наличии свободных мест.

Стоимость услуги за 2 месяца составляет 35 000 рублей, из расчета 17 500 рублей за 1 месяц.

Дата и время начала каждой встречи дополнительно уточняется Исполнителем в групповом чате.

ГАЙД «ГИД ПО ПРОДУКТАМ»

Гайд «Гид по продуктам» включает в себя отобранные нутрициологом качественные продукты из сетевых магазинов «Пятёрочка», «Перекрёсток» и «Глобус».

Что входит:

- Молочные продукты
- Замороженная продукция
- Хлеб и мука, крупы, макароны, лапша, каши и мюсли
- Соленья, продукты в вакууме и консервы
- Специи, соусы и масло
- Полезные сладости, мороженое и натуральные соки

Стоимость гайда 1 500 рублей. Предоставляется Заказчику после 100% предоплаты.

Способ направления инфопродукта Заказчику дополнительно согласовывается Заказчиком и Исполнителем по электронной почте, либо с использованием WhatsApp или Telegram.

ГАЙД «ИНСТРУКЦИИ ПО ВИТАМИНАМ»

Гайд «Инструкции по витаминам» представлен в виде трех документов в формате pdf и включает в себя информацию о характеристиках и свойствах витаминов и минералов, а также рекомендации от нутрициолога по их приему и сочетаемости.

Что входит:

- «Витамины для долголетия: источники и правила приема»
- «Диагностика витаминного статуса»
- «Таблица сочетаемости витаминов и минералов»

Стоимость гайда 1 990 рублей. Предоставляется Заказчику после 100% предоплаты.

Способ направления инфопродукта Заказчику дополнительно согласовывается Заказчиком и Исполнителем по электронной почте, либо с использованием WhatsApp или Telegram.

ГАЙД «ЧЕК-АП ПО АНАЛИЗАМ»

Гайд представлен в виде сравнительной таблицы с ценами основных анализов в отдельных лабораториях России (Гемотест, Альфамед, Хеликс, Инвитро, Ситилаб, CMD, Консультант, МедикоЛаб, ДНКОМ).

Стоимость гайда: бесплатно.

Предоставляется в виде ссылки для просмотра файла на сайте Исполнителя при нажатии кнопки «ОТКРЫТЬ».

КЛУБ ПО ПРИВЫЧКАМ «NK | ROUTINE CLUB»

«NK | Routine Club» — это закрытый клуб, направленный на формирование полезных привычек, улучшение повседневного самочувствия, восстановление энергии и выстраивание устойчивой рутины.

Доступ к клубу предоставляется на платной основе через мессенджер Telegram. Участники получают авторские материалы по заданной теме месяца, включая текстовые, аудио- и видеоформаты, практики, чек-листы, гайды и возможность взаимодействия с другими участниками клуба и Исполнителем (поддерживающее комьюнити).

Программа выстраивается в виде пошаговых рекомендаций с акцентом на мягкое внедрение привычек. Каждый месяц клуба посвящен отдельной теме, связанной с питанием, движением, восстановлением, сном и другими аспектами здорового образа жизни.

В рамках подписки пользователю предоставляется доступ к закрытому Telegram-чату, где размещаются материалы, ответы на вопросы по материалам и техническая поддержка, чтобы найти нужный раздел. Взаимодействие строится в формате последовательных дневных заданий (без их проверки), сопровождения и регулярных включений от автора клуба.

Клуб не является медицинским или терапевтическим. Все предоставляемые материалы носят исключительно информационно-образовательный характер и не заменяют консультацию с врачом, психологом или другим профильным специалистом. Пользователь самостоятельно принимает решение о применении полученной информации на практике.

Стоимость доступа к закрытому чату (подписки на клуб) составляет:

1 месяц — 1480 рублей

3 месяца — 3996 рублей

6 месяцев — 7548 рублей

12 месяцев — 14 208 рублей

Доступ к закрытому чату клуба предоставляется с использованием Telegram в виде ссылки после 100% подтвержденной оплаты за соответствующий период доступа.