

Bevis på samtykke

Dette dokumentet ble generert for å vise innsats som er gjort for å overholde personvernlovgivningen. Dette dokumentet vil inneholde retningslinjene for cookies og innstillingene for samtykke til cookies for å bevise samtykke for tiden og regionen spesifisert nedenfor. For mer informasjon om dette dokumentet, vennligst gå til <https://complianz.io/consent>.

Denne informasjonskapselpolicyen ble sist oppdatert den 2025-04-15 og gjelder for borgere og innbyggere med lovlig permanent opphold i det europeiske økonomiske samarbeidsområdet og Sveits.

1. Introduksjon

Vårt nettsted, <https://www.grendel.no> (heretter kalt: "nettstedet") benytter cookies og annen relatert teknologi (for enkelthets skyld er relatert teknologi også omtalt som «cookies»). Cookies er også plassert av tredjeparts aktører vi har engasjert. I dokumentet under informerer vi om bruken av cookies på vårt nettsted.

2. Hva er cookies?

En informasjonskapsel er en enkel liten fil som er sendt sammen med sider i dette nettstedet og er lagret av din nettleser på din datamaskins harddisk eller en annen enhet. Opplysninger som er lagret der kan bli returnert til våre servere, eller til servere som tilhører de relevante tredjeparts-aktørene, i løpet av et senere besøk.

3. Hva er skript?

Et skript er en del av en programkode som er brukt til å sikre at vår webside fungerer riktig og interaktivt. Denne koden kjøres på vår server eller på din enhet.

4. Hva er en web beacon?

En web beacon (eller pixel tag) er en liten, usynlig del av en tekst eller et bilde på en nettside som er brukt til å overvåke trafikken på en nettside. For å få til dette, blir en del data om deg lagret ved bruk av web beacon.

5. Cookies

5.1 Tekniske eller funksjonelle informasjonskapsler

Noen informasjonskapsler sikrer at enkelte deler av nettstedet fungerer som det skal og at

brukerpreferansene dine forblir kjent. Ved å plassere funksjonelle informasjonskapsler gjør vi det enklere for deg å besøke nettstedet vårt. På denne måten trenger du ikke gjentatte ganger å legge inn den samme informasjonen når du besøker nettsiden vår og for eksempel blir varene liggende i handlekurven din til du har betalt. Vi kan plassere disse informasjonskapslene uten ditt samtykke.

5.2 Informasjonskapsler for statistikk

Vi bruker statistikkinformasjonskapsler for å optimalisere nettstedopplevelsen for brukerne våre. Med disse statistikkinformasjonskapslene får vi innsikt i bruken av nettstedet vårt. Vi ber om din tillatelse til å plassere informasjonskapsler for statistikk.

5.3 Informasjonskapsler for markedsføring/sporing

Markedsførings-/sporinginformasjonskapsler er informasjonskapsler eller annen form for lokal lagring, som brukes til å lage brukerprofiler for å vise reklame eller for å spore brukeren på dette nettstedet eller på tvers av flere nettsteder for lignende markedsføringsformål.

5.4 Sosiale medier

På nettsiden vår, har vi inkludert innhold fra Facebook og Disqus for å promotere sider (f.eks. "like" eller "pin") eller dele (f.eks. "tweet") i sosiale medier som Facebook og Disqus. Innholdet er bygget inn med kode fra Facebook og Disqus og benytter også cookies. Dette innholdet kan lagre og behandle noe informasjon for personlig markedsføring.

Vennligst les personvernerklæringen til de ulike sosiale nettverkene (som kan oppdateres jevnlig) for å lese hva de gjør med dine (personlige) data som de behandler ved hjelp av disse cookier. Dataene som blir hentet blir anonymisert så mye som mulig. Facebook og Disqus er lokalisert i USA.

6. Plasserte cookies

WordPress

Funksjonell

Consent to service wordpress

Bruk

Vi bruker WordPress for nettsideutvikling. [Les mer](#)

Deling av data

Disse data er ikke delt med tredjeparts-aktører.

Funksjonell

Navn

[wp_consent_*](#)

Utløp

1 måned

Funksjon

Lagre innstillinger for cookie samtykker

Navn

[wp_lang](#)

Utløp

sesjon

Funksjon

Lagre språkinnstillinger

Navn

[wp-settings-time-*](#)

Utløp

1 år

Funksjon

Lagre brukerinnsstillinger

Navn

[WP_PREFERENCES_USER_*](#)

Utløp

vedvarende

Funksjon

Lagre brukerinnsstillinger

Navn

[wordpress_test_cookie](#)

Utløp

sesjon

Funksjon

Les om cookies kan plasseres

Navn

[wpEmojiSettingsSupports](#)

Utløp

sesjon

Funksjon

Lagre nettleserdetaljer

Navn

[wp-settings*](#)

Utløp

vedvarende

Funksjon

Lagre brukerinnsstillinger

Navn

[wordpress_logged_in_*](#)

Utløp

vedvarende

Funksjon

Lagre påloggede brukere

Automattic

Statistikk

Consent to service automattic

Bruk

Vi bruker Automattic for nettsideutvikling. [Les mer](#)

Deling av data

For mer informasjon, vennligst les [Automattic Personvernerklæringen](#).

Statistikk

Navn

[tk_qs](#)

Utløp

30 minutter

Funksjon

Leverer funksjoner på tvers av sider

Complianz

Funksjonell

Consent to service complianz

Bruk

Vi bruker Complianz for forvaltning av cookie samtykker. [Les mer](#)

Deling av data

Disse data er ikke delt med tredjeparts-aktører. For mer informasjon, vennligst les [Complianz Personvernerklæringen](#).

Funksjonell

Navn

[cmplz_cookie_data](#)

Utløp

365 dager

Funksjon

Lagre informasjon om cookies som er oppdaget på siden

Navn

[cmplz_functional](#)

Utløp

365 dager

Funksjon

Lagre innstillinger for cookie samtykker

Navn

[cmplz_statistics](#)

Utløp

365 dager

Funksjon

Lagre innstillinger for cookie samtykker

Navn

[cmplz_preferences](#)

Utløp

365 dager

Funksjon

Lagre innstillinger for cookie samtykker

Navn

[cmplz_marketing](#)

Utløp

365 dager

Funksjon

Lagre innstillinger for cookie samtykker

Navn

[cmplz_user_data](#)

Utløp

365 dager

Funksjon

Bestemmer hvilket cookiebanner som skal vises

Navn

[cmplz_consented_services](#)

Utløp

365 dager

Funksjon

Lagre innstillinger for cookie samtykker

Navn

[cmplz_policy_id](#)

Utløp

365 dager

Funksjon

Lagre godkjent cookie policy ID

Navn

[cmplz_banner-status](#)

Utløp

365 dager

Funksjon

Lagre om cookie banner er blitt avvist

Google Analytics

Statistikk

Consent to service google-analytics

Bruk

Vi bruker Google Analytics for nettsidestatistikk. [Les mer](#)

Deling av data

For mer informasjon, vennligst les [Google Analytics Personvernerklæringen](#).

Statistikk

Navn

[_ga](#)

Utløp

2 år

Funksjon

Lagre og telle antall sidevisninger

Navn

[_ga_*](#)

Utløp

1 år

Funksjon

Lagre og telle antall sidevisninger

Elementor

Statistikk (anonymt)

Consent to service elementor

Bruk

Vi bruker Elementor for innholdsutvikling. [Les mer](#)

Deling av data

Disse data er ikke delt med tredjeparts-aktører.

Statistikk (anonymt)

Navn

[elementor](#)

Utløp

vedvarende

Funksjon

Lagre utførte handlinger på nettsiden

Wistia

Markedsføring, Statistikk

Consent to service wistia

Bruk

Vi bruker Wistia for videovisning. [Les mer](#)

Deling av data

For mer informasjon, vennligst les [Wistia Personvernerklæringen](#).

Markedsføring

Navn

[wistia](#)

Utløp

vedvarende

Funksjon

Lagre utførte handlinger på nettsiden

Statistikk**Navn**

[wistia-video-progress-*](#)

Utløp

vedvarende

Funksjon

Lagre om brukeren har sett innhold som er bygget inn (embedded)

Google various services

Funksjonell

Consent to service google-various-services

Bruk

Vi bruker Google various services for nettsideutvikling. [Les mer](#)

Deling av data

For mer informasjon, vennligst les [Google various services Personvernerklæringen](#).

Funksjonell

Navn

[google_auto_fc_cmp_setting](#)

Utløp

vedvarende

Funksjon

Lagre innstillinger for cookie samtykker

Facebook

Markedsføring, Funksjonell

Consent to service facebook

Bruk

Vi bruker Facebook for vise nylige poster eller delinger i sosiale medier. [Les mer](#)

Deling av data

For mer informasjon, vennligst les [Facebook Personvernerklæringen](#).

Markedsføring

Navn

[_fbp](#)

Utløp

3 måneder

Funksjon

Lagre og spore besøk på tvers av nettsider

Navn

[act](#)

Utløp

90 dager

Funksjon

Lagre påloggede brukere

Navn

[XS](#)

Utløp

3 måneder

Funksjon

Lagre en unik sesjons-ID

Navn

[fr](#)

Utløp

3 måneder

Funksjon

Aktivere annonsevisning eller retargeting

Navn

[datr](#)

Utløp

2 år

Funksjon

Forebygging av svindel

Navn

[c_user](#)

Utløp

30 dager

Funksjon

Lagre en unik bruker-ID

Navn

[sb](#)

Utløp

2 år

Funksjon

Lagre nettleserdetaljer

Navn

[*_fbm=](#)

Utløp

1 år

Funksjon

Lagre kontodetaljer

Navn

[_fbc](#)

Utløp

2 år

Funksjon

Lagre siste besøk

Navn

[fbm*](#)

Utløp

1 år

Funksjon

Lagre kontodetaljer

Funksjonell

Navn

[wd](#)

Utløp

1 uke

Funksjon

Lese skjermopløsning

Navn

[csm](#)

Utløp

90 dager

Funksjon

Forebygging av svindel

Navn

[actppresence](#)

Utløp

sesjon

Funksjon

Store and track if the browser tab is active

Google Fonts

Markedsføring

Consent to service google-fonts

Bruk

Vi bruker Google Fonts for vise webfonter. [Les mer](#)

Deling av data

For mer informasjon, vennligst les [Google Fonts Personvernerklæringen](#).

Markedsføring**Navn**

[Google Fonts API](#)

Utløp

utløper umiddelbart

Funksjon

Lese brukerens IP-adresse

Google Maps

Markedsføring

Consent to service google-maps

Bruk

Vi bruker Google Maps for kartvisning. [Les mer](#)

Deling av data

For mer informasjon, vennligst les [Google Maps Personvernerklæringen](#).

Markedsføring

Navn

[Google Maps API](#)

Utløp

utløper umiddelbart

Funksjon

Lese brukerens IP-adresse

YouTube

Markedsføring

Consent to service youtube

Bruk

Vi bruker YouTube for videovisning. [Les mer](#)

Deling av data

For mer informasjon, vennligst les [YouTube Personvernerklæringen](#).

Markedsføring

Navn[GPS](#)**Utløp**

sesjon

Funksjon

Lokasjonsdata

Navn[VISITOR_INFO1_LIVE](#)**Utløp**

6 måneder

Funksjon

Aktivere annonsevisning eller retargeting

Navn[YSC](#)**Utløp**

sesjon

Funksjon

Lagre og spor interaksjon

Navn

[PREF](#)

Utløp

8 måneder

Funksjon

Lagre brukerinnstillinger

Diverse

Formål venter på kontroll

Consent to service diverse

Bruk**Deling av data**

Deling av data venter på revidering

Formål venter på kontroll**Navn**

__mpq_a36067b00a263cce0299cfd960e26ecf_ev

Utløp**Funksjon**

Navn

views-counter

Utløp

Funksjon

Navn

lastExternalReferrer

Utløp

Funksjon

Navn

calendly-store

Utløp

Funksjon

Navn

permission

Utløp

Funksjon

Navn

lastExternalReferrerTime

Utløp

Funksjon

Navn

calendly-internal-store

Utløp

Funksjon

Navn

__mpq_8cce373b255e5a76fb22d57b85db0c92_ev

Utløp

Funksjon

Navn

e_kit-elements-defaults

Utløp

Funksjon

Navn

tinymce-custom-colors-hilitecolor

Utløp

Funksjon

Navn

mailpoet_services_pingbridge_last_success_at

Utløp

Funksjon

Navn

newsletter_editor.spectrum.palette

Utløp**Funksjon****Navn**

ppLoggerLogLevel

Utløp**Funksjon****Navn**

bugsnag-anonymous-id

Utløp**Funksjon****Navn**

__mpq_a36067b00a263cce0299cfd960e26ecf_pp

Utløp

Funksjon

Navn

jp-stats-last-tab

Utløp

Funksjon

Navn

formbricks-js

Utløp

Funksjon

Navn

cfEmail

Utløp

Funksjon

Navn

multiFbc

Utløp

Funksjon

Navn

mp_tab_id_mixpanel_a36067b00a263cce0299cfd960e26ecf

Utløp

Funksjon

Navn

mp_gen_new_tab_id_mixpanel_a36067b00a263cce0299cfd960e26ecf

Utløp

Funksjon

Navn

adobeCleanFontAdded

Utløp**Funksjon****Navn**

mp_tab_id_mixpanel_8cce373b255e5a76fb22d57b85db0c92

Utløp**Funksjon****Navn**

cmplz_task_filter

Utløp

365 dager

Funksjon**Navn**

tinymce-custom-colors-forecolor

Utløp

Funksjon

Navn

__mpq_8cce373b255e5a76fb22d57b85db0c92_pp

Utløp

Funksjon

Navn

GN_USER_ID_KEY

Utløp

Funksjon

Navn

GN_SESSION_ID_KEY

Utløp

Funksjon

Navn

ga*

Utløp

Funksjon

Navn

[wp-*](#)

Utløp

Funksjon

Navn

viewerId

Utløp

Funksjon

grendel.cdn.spotlightr.com

7. Samtykke

Når du besøker nettstedet vårt for første gang, vil vi vise deg en pop-up med en forklaring om informasjonskapsler. Så snart du klikker på "Save preferences", samtykker du til at vi bruker alle informasjonskapsler og plugin-moduler som beskrevet i popup-vinduet og erklæringen for informasjonskapsler. Du kan deaktivere bruken av informasjonskapsler via nettleseren din, men vær oppmerksom på at nettstedet vår kanskje ikke lenger fungerer som den skal.

7.1 Administrer samtykkeinnstillingene dine

8. Aktivere/deaktivere og slette informasjonskapsler

Du kan bruke nettleseren til automatisk eller manuelt å slette cookies. Du kan også spesifisere at visse cookies ikke kan plasseres. Et annet alternativ er å endre innstillingene for nettleseren din slik at du mottar en melding hver gang en cookies plasseres. For mer informasjon om disse alternativene, se instruksjonene i Hjelp-delen i nettleseren.

Vennligst merk at vårt nettsted kanskje ikke vil fungere skikkelig hvis alle cookies er deaktivert. Hvis du sletter alle cookies i nettleseren din, vil de komme tilbake igjen hvis du samtykker til det når du besøker vårt nettsted igjen.

9. Dine rettigheter med hensyn til dine personlige data

Du har følgende rettigheter med hensyn til dine personopplysninger:

- Du har krav på å få vite hvorfor dine personopplysninger trengs, hva som vil skje med dem, og hvor lenge de vil bli oppbevart.
- Rett til innsyn: Du har rett til innsyn i dine personopplysninger som er kjent for oss.
- Rett til retting: Du har rett til å tilføye, korrigere, og å ha dine personlige data slettet eller blokkert når du måtte ønske det..
- Hvis du gir oss ditt samtykke til å behandle dataene dine, har du rett til å tilbakekalle samtykket og å få dine personlige data slettet.
- Rett til å overføre dine data: du har rett til å be om alle dine personopplysninger fra behandlingsansvarlig og overføre dem i sin helhet til en annen behandlingsansvarlig.
- Rett til å nekte: Du kan nekte at dine data blir behandlet. Vi etterkommer dette med mindre det er berettigede grunner for behandling.

For å utøve disse rettighetene, vennligst kontakt oss. Vennligst se kontakthinformatjonen nederst i denne cookie-erklæringen. Hvis du har en klage på hvordan vi håndterer dataene dine, vil vi gjerne høre fra deg, men du har også rett til å sende inn en klage til tilsynsmyndigheten (Datatilsynet).

10. Kontaktdetaljer

For spørsmål og/eller kommentarer om våre retningslinjer for informasjonskapsler og denne erklæringen, vennligst kontakt oss ved å bruke følgende kontakthinformatjon:

Grendel evidensbasert psykologi AS
Moafjæra 8c
7606 Levanger
Norge
Nettsted: <https://www.grendel.no>
E-post: post@grendel.no
Telefonnummer: +47 45519940

Denne cookie-erklæringen ble synkronisert med cookiedatabase.org på 2025-04-15.

Innstillinger for samtykke for informasjonskapsler

- prefix => cmlpz_
- user_banner_id => 1
- block_ajax_content => 0
- do_not_track_enabled => 1
- consenttype => optin
- region => eu
- geoip => 1
- dismiss_timeout =>
- disable_cookiebanner =>
- soft_cookiewall =>
- dismiss_on_scroll =>
- cookie_expiry => 365
- locale => lang=nb&locale=nb_NO
- tcf_active =>
- forceEnableStats =>
- preview =>
- clean_cookies =>
- aria_label => Klikk for å godta {category} informasjonskapsler og aktivere dette innholdet
- id => 1
- title_class => banner-a
- header => Manage Consent,1
- accept_optin => Accept
- accept_optout => Accept,1
- manage_consent => Manage consent
- manage_options => View preferences
- save_settings => Save preferences
- dismiss => Deny,1
- message_optout => To provide the best experiences, we use technologies like cookies to

store and/or access device information. Consenting to these technologies will allow us to process data such as browsing behavior or unique IDs on this site. Not consenting or withdrawing consent, may adversely affect certain features and functions.

- message_optin => To provide the best experiences, we use technologies like cookies to store and/or access device information. Consenting to these technologies will allow us to process data such as browsing behavior or unique IDs on this site. Not consenting or withdrawing consent, may adversely affect certain features and functions.
- category_functional => Functional
- category_preferences => Preferences,1
- category_statistics => Statistics,1
- functional_text => The technical storage or access is strictly necessary for the legitimate purpose of enabling the use of a specific service explicitly requested by the subscriber or user, or for the sole purpose of carrying out the transmission of a communication over an electronic communications network.,1
- statistics_text => The technical storage or access that is used exclusively for statistical purposes.,1
- statistics_text_anonymous => The technical storage or access that is used exclusively for anonymous statistical purposes. Without a subpoena, voluntary compliance on the part of your Internet Service Provider, or additional records from a third party, information stored or retrieved for this purpose alone cannot usually be used to identify you.,1
- preferences_text => The technical storage or access is necessary for the legitimate purpose of storing preferences that are not requested by the subscriber or user.,1
- marketing_text => The technical storage or access is required to create user profiles to send advertising, or to track the user on a website or across several websites for similar marketing purposes.,1
- category_marketing => Marketing,1
- manage_consent_options => hover-hide-mobile
- use_categories => view-preferences
- privacy_link_us => #