

Termos e Condições / Terms and Conditions

Informação do Proprietário / Website Owner Information

Português:

- Nome: Ruth Frade
- NIF: 215101626
- Morada: Rua Dona Elvina Correia 23, 2840-099 Paio Pires, Portugal
- Contacto: info@zenroute.org +351 938906090

English:

- Name: Ruth Frade
 - Tax ID (NIF): 215101626
 - Address: Rua Dona Elvina Correia 23, 2840-099 Paio Pires, Portugal
 - Contact: info@zenroute.org +351 938906090
-

Utilização do Website / Use of Website

Português:

1. O website destina-se exclusivamente a fins informativos e comerciais relacionados com os serviços e produtos da Ruth Frade (Zen Route: www.zenroute.org)
2. É proibido reproduzir, distribuir ou explorar o conteúdo do site sem autorização.
3. O utilizador deve utilizar o site de forma lícita e responsável, não interferindo com a sua funcionalidade.

English:

1. The website is intended solely for informational and commercial purposes related to the services and products of Ruth Frade.
 2. Reproducing, distributing, or exploiting the website's content without authorization is prohibited.
 3. Users must use the website lawfully and responsibly, without interfering with its functionality.
-

Produtos e Serviços / Products and Services

Português:

1. A disponibilidade de produtos e serviços pode ser alterada sem aviso prévio.
2. Os preços e informações apresentadas têm caráter indicativo.
3. A encomenda implica aceitação das condições de compra, pagamento e entrega.

English:

1. The availability of products and services may change without prior notice.
 2. Prices and information are indicative and subject to change.
 3. Ordering products implies acceptance of purchase, payment, and delivery conditions.
-

Devolução e Reembolso de Mercadorias / Return & Refund of Goods:

Português

Orgulhamo-nos do nosso serviço de entrega rápida para Portugal e todos os países da Europa. O nosso objetivo é enviar sempre o seu pedido dentro de 2 dias úteis após o recebimento. Mas, por favor, aguarde mais tempo para os tempos de trânsito, pois não temos controle sobre o tempo de entrega. Rastreie o seu pacote regularmente usando o número de rastreio fornecido. Se não receber o seu pedido em 15 dias, entre em contato conosco.

Se você solicitar a entrega de qualquer produto num país fora da UE, deverá pagar o IVA de importação e uma taxa de manuseio quando a sua encomenda chegar ao seu país.

Se, por qualquer motivo, o pacote não puder ser recebido ou você decidir que não deseja pagar as taxas no recebimento, o pacote será devolvido para nós. Nesse caso, reembolsaremos apenas o custo das mercadorias, não os custos de envio e menos quaisquer taxas de devolução que tenham nos sido cobradas .

O rastreamento do seu pedido só pode ser feito se você escolher "Correio Registrado". Se escolher "Correio Normal", infelizmente não podemos rastrear o seu pedido e não podemos reembolsá-lo em caso de extravio.

Se você receber um item com o qual não está satisfeito, entre em contato conosco e teremos o maior prazer em resolver o problema.

Estamos sempre a fazer o possível para simplificar o que é uma situação complicada e confusa. Gostaríamos muito de continuar a servir todos os nossos maravilhosos clientes.

English:

We pride ourselves on our speedy delivery service to Portugal and all countries in Europe. We always aim to get your order out within 2 working days of receiving it. But please allow longer time for transit times as we do not have any control over the delivery time. Please track your parcel regularly using the tracking number provided. If you do not receive your order within 15 days, please contact us.

If you order any product to be delivered to a country outside the EU you should expect to pay import VAT and a handling fee when your parcel arrives in your country.

If for whatever reason, the parcel was not able to be received or you decide you do not want to pay the fees on receipt, the parcel will be returned to us. In that case, we will refund you for the cost of the goods only, not the shipping costs, and less any return fees that have been charged to us.

The tracking of your order can only be done if you choose "Registered mail". If you choose, "Normal mail" unfortunately we cannot track your order and we cannot refund you if it gets lost.

If you receive an item which you are not happy with, you are very welcome to contact us and we will be happy to resolve the issue.

We are always doing our best to simplify what is a complicated and confusing situation. We would love to continue serving all our wonderful customers.

Política de cancelamento e reembolso para eventos / Cancellation & Refund Policy for Events

Português:

Normalmente temos vagas limitadas, por isso solicitamos que você cancele pelo menos 7 dias antes de um evento agendado. Isso nos dá a oportunidade de preencher as vagas.

Pode cancelar por e-mail (Info@zenroute.org) ou telefone (+351 938906090).

Se você precisar cancelar, oferecemos um crédito na sua conta se você cancelar antes de 7 dias, mas não oferecemos reembolso. Você pode usar esses créditos para quaisquer eventos futuros, nos próximos 3 meses.

Se eu não puder comparecer ao evento, você também pode transferir para um amigo. Por favor, envie-nos um e-mail com o nome e endereço de e-mail do seu amigo.

No entanto, se você não cancelar antes das 48 horas, perderá o pagamento do evento.

English:

Usually we have limited vacancies, so we request that you cancel at least 7 days before a scheduled event. This gives us the opportunity to fill the event.

You may cancel by email (Info@zenroute.org) or phone (+351 938906090).

If you have to cancel, we offer you a credit to your account if you cancel before 7 days, but do not offer refunds. You may use these credits towards any future events, within the next 3 months.

If I am unable to attend the event you can also transfer to a friend, please email us their name and email address.

However, if you do not cancel prior to the 48 hours, you will lose the payment for the event.

Responsabilidade / Liability

Português:

1. Ruth Frade não garante que o acesso ao website seja contínuo ou livre de erros.
2. Não nos responsabilizamos por danos diretos ou indiretos decorrentes do uso do website.
3. Produtos e serviços devem ser utilizados de acordo com as instruções fornecidas.

English:

1. Ruth Frade does not guarantee continuous or error-free access to the website.
 2. We are not liable for any direct or indirect damages resulting from website use.
 3. Products and services must be used according to the provided instructions.
-

Privacidade / Privacy

Português:

1. O tratamento de dados pessoais segue a Lei de Proteção de Dados (Lei n.º 58/2019) e o RGPD.
2. Os dados fornecidos são usados para processar encomendas e responder a contactos.
3. Consulte a Política de Privacidade para mais informações.

English:

1. Personal data is processed according to the Portuguese Data Protection Law (Law No. 58/2019) and GDPR.
 2. Data is used to process orders and respond to inquiries.
 3. Please consult the Privacy Policy for more details.
-

Propriedade Intelectual / Intellectual Property

Português:

- Todo o conteúdo do website é propriedade de Ruth Frade ou de terceiros autorizados.
- É proibida a reprodução total ou parcial sem autorização.

English:

- All website content is owned by Ruth Frade or authorized third parties.
- Full or partial reproduction without authorization is prohibited.

Legislação e Jurisdição / Governing Law and Jurisdiction

Português:

- Estes Termos são regidos pela lei portuguesa.
- Litígios serão resolvidos no foro da comarca de Seixal, Portugal.

English:

- These Terms are governed by Portuguese law.
 - Any disputes will be subject to the jurisdiction of Seixal, Portugal.
-

Isenção De Responsabilidade / Disclaimer

Português:

Ao visualizar este site ou qualquer coisa disponibilizada nele ou através dele, incluindo, entre outros, programas, produtos, serviços, pacotes, presentes opcionais, downloads gratuitos, vídeos, webinars, postagens em blogs, boletins eletrônicos, consultas, e-mails, mídias sociais e/ou outras comunicações (coletivamente denominadas "Site"), você concorda em aceitar todas as partes deste Termo de Responsabilidade. Assim, se você não concorda com o Termo de Responsabilidade abaixo, PARE agora e não acesse ou utilize este Site.

APENAS PARA FINS EDUCACIONAIS E INFORMATIVOS.

As informações fornecidas neste Site ou através dele são apenas para fins educacionais e informativos e exclusivamente como uma ferramenta de autoajuda para seu próprio uso.

NÃO É ACONSELHAMENTO MÉDICO, DE SAÚDE MENTAL OU RELIGIOSO.

Não sou, nem pretendo ser médico/médico, enfermeiro, assistente médico, enfermeiro de prática avançada ou qualquer outro profissional médico ("Provedor Médico"), psiquiatra, psicólogo, terapeuta, conselheiro ou assistente social ("Provedor de Saúde Mental"), nutricionista registrado ou nutricionista licenciado, ou membro do clero.

Como praticante de fitoterapia e coach de dietas terapêuticas, não estou prestando cuidados de saúde, serviços de terapia médica ou nutricional, nem tentando diagnosticar, tratar, prevenir ou curar qualquer problema, doença ou condição física, mental ou emocional através deste site. As informações fornecidas em ou através do meu site não se destinam a substituir o aconselhamento, diagnóstico ou tratamento médico profissional fornecido pelo seu próprio médico ou provedor de saúde mental. Você concorda e reconhece que não estou fornecendo aconselhamento médico, aconselhamento de saúde mental ou aconselhamento religioso de forma alguma. Sempre procure o conselho de seu próprio médico e/ou provedor de saúde mental em relação a quaisquer dúvidas ou preocupações que você tenha sobre sua saúde ou quaisquer medicamentos, ervas ou suplementos que você ou seu filho estejam tomando atualmente e antes de implementar quaisquer

recomendações ou sugestões de nosso site. Não ignore o aconselhamento médico nem atrase a procura de aconselhamento médico por causa das informações que leu neste site. Não comece ou pare de tomar nenhum medicamento sem falar com seu médico ou profissional de saúde mental. Se você suspeitar que tem um problema médico ou de saúde mental, entre em contato imediatamente com seu médico ou profissional de saúde mental. A informação contida neste Site não foi avaliada pelo Infarmed.

RESPONSABILIDADE PESSOAL.

Você pretende representar com precisão as informações que nos são fornecidas em ou através do nosso site. Você reconhece que está participando voluntariamente no uso do nosso Site e que é o único e pessoalmente responsável por suas escolhas, ações e resultados, agora e no futuro. Você aceita total responsabilidade pelas consequências do seu uso, ou não uso, de qualquer informação fornecida neste ou através deste Site, e concorda em usar seu próprio julgamento e devida diligência antes de implementar qualquer ideia, sugestão ou recomendação do meu Site para o seu vida, família ou negócios.

SEM GARANTIAS.

Meu papel é apoiá-lo e ajudá-lo a alcançar seus próprios objetivos, mas seu sucesso depende principalmente de seu próprio esforço, motivação, comprometimento e acompanhamento. Não posso prever e não garanto que você alcançará um resultado específico, e você aceita e entende que os resultados diferem para cada indivíduo. Os resultados de cada indivíduo dependem de sua formação única, dedicação, desejo, motivação, ações e vários outros fatores. Você concorda plenamente que não há garantias quanto ao resultado ou resultados específicos que você pode esperar do uso das informações que você recebe neste Site ou através dele.

TESTEMUNHOS.

Apresento experiências do mundo real, depoimentos e insights sobre as experiências de outras pessoas com meu site apenas para fins ilustrativos. Os depoimentos, exemplos e fotos utilizados são de clientes reais e resultados que eles alcançaram pessoalmente, ou são comentários de pessoas que podem falar do meu caráter e/ou da qualidade do meu trabalho. Não se destinam a representar ou garantir que os clientes atuais ou futuros alcançarão resultados iguais ou semelhantes; em vez disso, estes depoimentos representam o que é possível apenas para fins ilustrativos.

ASSUNÇÃO DE RISCO.

Tal como acontece com todas as situações, por vezes existem riscos e circunstâncias individuais desconhecidos que podem surgir durante a utilização do meu Website e que não podem ser previstos e que podem influenciar ou reduzir os resultados. Você entende que qualquer menção a qualquer sugestão ou recomendação no ou através do meu Site será feita por sua própria conta e risco, sem qualquer responsabilidade de minha parte, reconhecendo que há uma rara chance de que possa ocorrer doença, lesão ou até mesmo morte, e você concorda em assumir todos os riscos.

LIMITAÇÃO DE RESPONSABILIDADE.

Ao utilizar este Site, você concorda em me absolver de qualquer responsabilidade ou perda que você ou qualquer outra pessoa possa incorrer pelo uso das informações, produtos ou materiais que você solicitar ou receber através ou no meu Site. Você concorda que não

serei responsável perante você, ou qualquer outro indivíduo, empresa ou entidade, por qualquer tipo de dano, incluindo perdas ou danos diretos, indiretos, especiais, incidentais, equitativos ou consequenciais, pelo uso ou confiança em meus Local na rede Internet. Você concorda que não assumo responsabilidade por acidentes, atrasos, lesões, danos, perdas, danos, morte, lucros cessantes, interrupções pessoais ou comerciais, aplicação incorreta de informações, doença ou condição ou problema físico ou mental, ou qualquer outro tipo de perda ou danos devido a qualquer ato ou inadimplência minha ou de qualquer pessoa agindo como nosso agente, consultor, afiliado, parceiro de joint venture, funcionário, acionista, diretor, equipe, membro da equipe ou qualquer outra pessoa afiliada à minha empresa ou a mim, que esteja envolvido em entregar conteúdo neste site ou através dele.

INDENIZAÇÃO E LIBERAÇÃO DE RECLAMAÇÕES.

Você, por meio deste, isenta total e completamente de responsabilidade, indeniza e isenta a mim e a qualquer um dos meus agentes, consultores, afiliados, parceiros de joint venture, funcionários, acionistas, diretores, funcionários, membros da equipe ou qualquer outra pessoa afiliada ao meu negócio ou a mim de todo e qualquer causas de ação, alegações, processos, reclamações, danos ou demandas de qualquer natureza, de direito ou de equidade, que possam surgir no passado, presente ou futuro e que estejam de alguma forma relacionadas ao meu Site.

SEM GARANTIAS.

NÃO FAÇO NENHUMA GARANTIA RELACIONADA AO DESEMPENHO OU FUNCIONAMENTO DO MEU SITE. NÃO FAÇO NENHUMA REPRESENTAÇÃO OU GARANTIA DE QUALQUER TIPO, EXPRESSA OU IMPLÍCITA, QUANTO ÀS INFORMAÇÕES, CONTEÚDO, MATERIAIS, PROGRAMAS, PRODUTOS OU SERVIÇOS INCLUÍDOS NO SITE OU ATRAVÉS DELE. NA EXTENSÃO MÁXIMA PERMITIDA PELA LEI APLICÁVEL, REJEITO TODAS AS GARANTIAS, EXPRESSAS OU IMPLÍCITAS, INCLUINDO GARANTIAS IMPLÍCITAS DE COMERCIALIZAÇÃO E ADEQUAÇÃO A UM DETERMINADO FIM.

ERROS E OMISSÕES.

Embora sejam feitos todos os esforços para garantir a precisão das informações compartilhadas neste Site ou através dele, as informações podem inadvertidamente conter imprecisões ou erros tipográficos. Você concorda que não sou responsável pelos pontos de vista, opiniões ou exatidão dos fatos mencionados em ou através do meu site, ou de qualquer outro indivíduo ou empresa afiliada ao meu negócio ou a mim de alguma forma. Como as práticas científicas, tecnológicas e comerciais estão em constante evolução, você concorda que não sou responsável pela precisão do meu Site ou por quaisquer erros ou omissões que possam ocorrer.

SEM ENDOSSO.

Referências ou links em meu site para informações, opiniões, conselhos, programas, produtos ou serviços de qualquer outro indivíduo, empresa ou entidade não constituem meu endosso formal. Estou apenas compartilhando informações apenas para sua autoajuda. Não sou responsável pelo conteúdo do site, blogs, e-mails, vídeos, mídias sociais, programas, produtos e/ou serviços de qualquer outra pessoa, empresa ou entidade que possa estar vinculada ou referenciada em meu site. Por outro lado, se o link do meu site aparecer no site, programa, produto ou serviço de qualquer outro indivíduo, empresa ou

entidade, isso também não constitui meu endosso formal deles, de seus negócios ou de seus sites.

AFILIADOS.

Ocasionalmente, posso promover, afiliar-me ou fazer parceria com outros indivíduos ou empresas cujos programas, produtos e serviços estejam alinhados com os meus. Num espírito de transparência, quero que esteja ciente de que pode haver casos em que eu promova, comercialize, partilhe ou venda programas, produtos ou serviços para outros parceiros e em troca posso receber uma compensação financeira ou outras recompensas. Observe que sou altamente seletivo e só promovo os parceiros cujos programas, produtos e/ou serviços respeito. Ao mesmo tempo, você concorda que qualquer promoção ou marketing não serve como qualquer forma de endosso. Você ainda é obrigado a usar seu próprio julgamento para determinar se tal programa, produto ou serviço é apropriado para você. Você está assumindo todos os riscos e concorda que não sou responsável de forma alguma por qualquer programa, produto ou serviço que eu possa promover, comercializar, compartilhar ou vender no meu site ou através dele.

English:

By viewing this website or anything made available on or through this website, including but not limited to programs, products, services, packages, opt-in gifts, free downloads, videos, webinars, blog posts, e-newsletters, consultations, emails, social media and/or other communication (collectively referred to as "Website"), you are agreeing to accept all parts of this Disclaimer. Thus, if you do not agree to the Disclaimer below, STOP now, and do not access or use this Website.

FOR EDUCATIONAL AND INFORMATIONAL PURPOSES ONLY.

The information provided in or through this Website is for educational and informational purposes only and solely as a self-help tool for your own use.

NOT MEDICAL, MENTAL HEALTH, OR RELIGIOUS ADVICE.

I am not, nor am I holding myself out to be a doctor/physician, nurse, physician's assistant, advanced practice nurse, or any other medical professional ("Medical Provider"), psychiatrist, psychologist, therapist, counselor, or social worker ("Mental Health Provider"), registered dietician or licensed nutritionist, or member of the clergy.

As a Herbal Medicine Practitioner and Healing diets Coach, I am not providing health care, medical or nutritional therapy services, or attempting to diagnose, treat, prevent or cure any physical, mental or emotional issue, disease or condition via this website. The information provided in or through my Website is not intended to be a substitute for the professional medical advice, diagnosis or treatment provided by your own Medical Provider or Mental Health Provider. You agree and acknowledge that I am not providing medical advice, mental health advice, or religious advice in any way. Always seek the advice of your own Medical Provider and/or Mental Health Provider regarding any questions or concerns you have about your health or any medications, herbs or supplements you or your child are currently taking and before implementing any recommendations or suggestions from our Website. Do not disregard medical advice or delay seeking medical advice because of information you have read on this Website. Do not start or stop taking any medications without speaking to your

own Medical Provider or Mental Health Provider. If you suspect that you have a medical or mental health problem, contact your own Medical Provider or Mental Health Provider promptly. The information contained on this Website has not been evaluated by the Infarmed.

PERSONAL RESPONSIBILITY.

You aim to accurately represent the information provided to us on or through our Website. You acknowledge that you are participating voluntarily in using our Website and that you are solely and personally responsible for your choices, actions and results, now and in the future. You accept full responsibility for the consequences of your use, or non-use, of any information provided on or through this Website, and you agree to use your own judgment and due diligence before implementing any idea, suggestion or recommendation from my Website to your life, family or business.

NO GUARANTEES.

My role is to support and assist you in reaching your own goals, but your success depends primarily on your own effort, motivation, commitment and follow-through. I cannot predict and I do not guarantee that you will attain a particular result, and you accept and understand that results differ for each individual. Each individual's results depend on his or her unique background, dedication, desire, motivation, actions, and numerous other factors. You fully agree that there are no guarantees as to the specific outcome or results you can expect from using the information you receive on or through this Website.

TESTIMONIALS.

I present real world experiences, testimonials, and insights about other people's experiences with my Website for purposes of illustration only. The testimonials, examples, and photos used are of actual clients and results they personally achieved, or they are comments from individuals who can speak to my character and/or the quality of my work. They are not intended to represent or guarantee that current or future clients will achieve the same or similar results; rather, these testimonials represent what is possible for illustrative purposes only.

ASSUMPTION OF RISK.

As with all situations, there are sometimes unknown individual risks and circumstances that can arise during use of my Website that cannot be foreseen that can influence or reduce results. You understand that any mention of any suggestion or recommendation on or through my Website is to be taken at your own risk, with no liability on my part, recognizing that there is a rare chance that illness, injury or even death could result, and you agree to assume all risks.

LIMITATION OF LIABILITY.

By using this Website, you agree to absolve me of any liability or loss that you or any other person may incur from use of the information, products or materials that you request or receive through or on my Website. You agree that I will not be liable to you, or to any other individual, company or entity, for any type of damages, including direct, indirect, special, incidental, equitable or consequential loss or damages, for use of or reliance on my Website. You agree that I do not assume liability for accidents, delays, injuries, harm, loss, damage, death, lost profits, personal or business interruptions, misapplication of information, physical

or mental disease or condition or issue, or any other type of loss or damage due to any act or default by me or anyone acting as our agent, consultant, affiliate, joint venture partner, employee, shareholder, director, staff, team member, or anyone otherwise affiliated with my business or me, who is engaged in delivering content on or through this Website.

INDEMNIFICATION AND RELEASE OF CLAIMS.

You hereby fully and completely hold harmless, indemnify and release me and any of my agents, consultants, affiliates, joint venture partners, employees, shareholders, directors, staff, team members, or anyone otherwise affiliated with my business or me from any and all causes of action, allegations, suits, claims, damages, or demands whatsoever, in law or equity, that may arise in the past, present or future that is in any way related to my Website.

NO WARRANTIES.

I MAKE NO WARRANTIES RELATED TO THE PERFORMANCE OR OPERATION OF MY WEBSITE. I MAKE NO REPRESENTATIONS OR WARRANTIES OF ANY KIND, EXPRESS OR IMPLIED, AS TO THE INFORMATION, CONTENT, MATERIALS, PROGRAMS, PRODUCTS OR SERVICES INCLUDED ON OR THROUGH THE WEBSITE. TO THE FULL EXTENT PERMISSIBLE BY APPLICABLE LAW, I DISCLAIM ALL WARRANTIES, EXPRESS OR IMPLIED, INCLUDING IMPLIED WARRANTIES OF MERCHANTABILITY AND FITNESS FOR A PARTICULAR PURPOSE.

ERRORS AND OMISSIONS.

Although every effort is made to ensure the accuracy of information shared on or through this Website, the information may inadvertently contain inaccuracies or typographical errors. You agree that I am not responsible for the views, opinions, or accuracy of facts referenced on or through my Website, or of those of any other individual or company affiliated with my business or me in any way. Because scientific, technology and business practices are constantly evolving, you agree that I am not responsible for the accuracy of my Website, or for any errors or omissions that may occur.

NO ENDORSEMENT.

References or links in my Website to the information, opinions, advice, programs, products or services of any other individual, business or entity does not constitute my formal endorsement. I am merely sharing information for your own self-help only. I am not responsible for the website content, blogs, e-mails, videos, social media, programs, products and/or services of any other person, business or entity that may be linked or referenced in my Website. Conversely, should my Website link appear in any other individual's, business's or entity's website, program, product or services, it does not constitute my formal endorsement of them, their business or their website either.

AFFILIATES.

From time to time, I may promote, affiliate with, or partner with other individuals or businesses whose programs, products and services align with mine. In the spirit of transparency, I want you to be aware that there may be instances when I promote, market, share or sell programs, products or services for other partners and in exchange I may receive financial compensation or other rewards. Please note that I am highly selective and I only promote the partners whose programs, products and/or services I respect. At the same time, you agree that any such promotion or marketing does not serve as any form of

endorsement whatsoever. You are still required to use your own judgment to determine that any such program, product or service is appropriate for you. You are assuming all risks, and you agree that I am not liable in any way for any program, product or service that I may promote, market, share or sell on or through my Website.

By using my Website you are agreeing to all parts of the above Disclaimer. If you have any questions about this Disclaimer, please contact me at info@zenroute.org.

Alterações / Changes

Português:

- Ruth Frade pode alterar estes Termos a qualquer momento.
- As alterações entram em vigor imediatamente após a publicação no website.

English:

- Ruth Frade may change these Terms at any time.
 - Changes take effect immediately upon publication on the website.
-