

INTEGRITETSPOLICY – MIN LIVLINA UNG

Fastställt av: Ledningsgruppen den 15 december 2025

Ansvar: Personuppgiftsansvarig och projektledare för Min Livlina Ung

Vi på **Suicide Zero** bryr oss om din integritet. I den här policyn beskriver vi hur vi hanterar dina personuppgifter när du använder vår app *Min Livlina Ung*. Först kommer en kort sammanfattning. [Längre ner](#) hittar du fullständig information om hur vi hanterar dina personuppgifter.

Vår personuppgiftsbehandling – i korthet

Om du är [ungdom](#) hanterar vi dina personuppgifter för att:

- [Hantera ditt konto i appen](#)
- [Du ska kunna skapa och dela din säkerhetsplan](#)
- [Du ska kunna chatta med andra](#)
- [Påminna dig om dina aktiviteter och ge dig möjlighet att dela dem med andra](#)
- [Du ska kunna skriva dagbok och kunna dela den med andra](#)
- [Förbättra appen och användarupplevelsen](#)
- [Kontakta dig, besvara dina frågor och hantera eventuella anspråk](#)

Om du är [stöttande vuxen](#) hanterar vi dina personuppgifter för att:

- [Hantera ditt konto i appen och ge dig appens funktioner](#)
- [Förbättra appen och användarupplevelsen](#)
- [Kontakta dig, besvara dina frågor och hantera eventuella anspråk](#)

Appens funktioner låter dig som ungdom eller stöttande vuxen att föra anteckningar om hur du mår, vad du gör och dina känslor. Detta betyder att vi ibland kommer att hantera **information om din hälsa** för att kunna ge dig dessa funktioner.

Om du är [tillagd som person](#) i en ungdoms säkerhetsplan hanterar vi dina personuppgifter för att: [Skapa en snabb kontaktväg för en ungdom](#).

Dina rättigheter

Dataskyddsförordningen (GDPR) ger dig flera rättigheter när det gäller dina personuppgifter. Sammanfattningsvis har du dessa rättigheter:

- | | |
|--|--|
| ✓ Rätt att klaga till Integritetsskyddsmyndigheten | ✓ Rätt att få personuppgifter raderade |
| ✓ Rätt att ta tillbaka ditt samtycke | ✓ Rätt att rätta till personuppgifter |
| ✓ Rätt att få tillgång till dina personuppgifter | ✓ Rätt att begränsa personuppgiftsbehandlingen |
| ✓ Rätt att göra invändningar | ✓ Rätt till dataportabilitet |

Läs mer om dina rättigheter längre ner i policyn eller genom att klicka på länkarna. [Kontakta oss](#) gärna om du har frågor eller om du vill använda någon av dina rättigheter.

Vår personuppgiftsbehandling – Min Livlina Ung

I den här policyn förklarar vi vad vi gör med information som vi får om dig när du använder appen Min Livlina Ung. När vi hanterar sådan information om dig kallas det att vi behandlar dina personuppgifter. Personuppgifter är sådana uppgifter som går att koppla till dig som person, exempelvis ditt namn eller ditt telefonnummer men även mer teknisk information om hur du använder appen.

För att vara så tydliga som möjligt har vi delat upp vår policy i två delar. Ovan läste du sammanfattningen. Nedan kan du läsa mer detaljer om hur vi behandlar dina personuppgifter, t.ex. om vilka som har tillgång till dina personuppgifter, hur vi hanterar personuppgifterna och vilka rättigheter du har.

Vi hanterar personuppgifter om dig som är **ungdom** och använder appen Min Livlina. Vi hanterar även personuppgifter om dig som är **stöttande vuxen** och som använder appen samt dig som blivit **tillagd som person** i en ungdoms säkerhetsplan. Längre ner kan du läsa mer om vad som gäller för just dig.

Vem ansvarar för hur dina personuppgifter hanteras?

Suicide Zero, med orgnr 802472–0891, ansvarar för appen *Min Livlina Ung* och är personuppgiftsansvarig. Det betyder att vi ansvarar för hur dina personuppgifter hanteras när du använder appen eller blir tillagd som person i en ungdoms säkerhetsplan.

Kontakta oss

Du kan alltid kontakta oss om du har frågor om hur vi hanterar dina personuppgifter eller om du vill använda någon av dina rättigheter. Du kan kontakta oss via e-post på kontakt@suicidezero.se eller skicka brev till Suicide Zero c/o IOFFICE, Vasagatan 10, 4 tr 111 20 Stockholm.

Vilka har tillgång till dina personuppgifter och varför?

Dina personuppgifter hanteras främst av oss på Suicide Zero och av vår personal som behöver personuppgifterna för att göra sitt jobb.

I följande fall delar vi dina personuppgifter med någon utanför Suicide Zero:

- Vi delar dina personuppgifter med våra **IT-leverantörer** som hjälper oss att få appen att fungera. Till exempel leverantörer som hjälper oss med support och utvärdering av appen. Dessa företag får bara hantera personuppgifterna enligt våra instruktioner och för vår räkning.
- Vi delar även personuppgifter från ditt användarkonto med **andra användare i appen** som du själv valt att dela dina uppgifter med och när du gett ditt samtycke till delningen. Den information du väljer att dela kommer då att synas i den eller de personernas app. Du kan läsa mer om det längre ner.

Vi och de aktörer vi delar dina personuppgifter med hanterar bara dina personuppgifter inom EU/EES.

Detaljerad beskrivning av vår behandling av dina personuppgifter

Här kan du läsa mer om varför vi hanterar dina personuppgifter, vad vi gör med dina personuppgifter, vilka personuppgifter vi hanterar och hur länge vi sparar dem.

Vi har delat upp informationen efter om du är [ungdom](#), [stöttande vuxen](#) eller har blivit [tillagd som person](#) av en ungdom i ungdomens säkerhetsplan. Du kan klicka på länkarna för att komma direkt till informationen som gäller för dig.

Om du är ungdom

Vi hanterar dina personuppgifter när du skapar ett konto och använder appen *Min Livlina Ung*. I tabellerna nedan kan du läsa mer om detta. Vi får dina personuppgifter *från dig* när du använder appen.

Syfte: För att hantera ditt konto i appen	
Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Skapar ditt konto och gör det möjligt för dig att logga in i och använda appen - Möjliggör för dig att lägga till kontaktpersoner (stöttande vuxna) - Skickar notiser till dig om du tillåtit det i appen <i>Vi använder nödvändiga cookies och liknande tekniker för att du ska kunna logga in i appen. Läs mer om cookies här.</i>	- Ditt namn - Ditt användarnamn - Din bild - Din e-postadress - Ditt telefonnummer - Ditt lösenord - Din PIN-kod (om du valt en sådan för inloggning) - Information om din relation med dina kontaktpersoner <i>Att du har valt att skapa ett konto i appen kan ge oss information om hur du mår och din hälsa – detta räknas som känsliga personuppgifter.</i>
Hur länge dina personuppgifter sparas: Vi sparar dina personuppgifter så länge du har ett konto i appen. Om du tar bort ditt konto raderar vi dina personuppgifter inom tolv månader efter att kontot togs bort. Om du har varit inaktiv i mer än tolv månader tar vi bort ditt konto och dina personuppgifter inom tolv månader efter det. Du har när som helst möjlighet att ta bort ditt konto. Du har också möjlighet att när som helst själv ta bort vissa av dina personuppgifter i appen.	

Syfte: För att du ska kunna skapa och dela din säkerhetsplan

Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Möjliggör för dig att skapa och fylla i din säkerhetsplan - Sparar dina anteckningar och information du lägger in i din säkerhetsplan - Hjälper dig att använda din säkerhetsplan som stöd för ditt mående - Möjliggör för dig att ladda ner din säkerhetsplan för att kunna visa den för din vårdkontakt om du vill	- Ditt namn Anteckningar och information du själv har angett gällande: - ditt mående - dina varningstecken - dina hanteringsstrategier - personer och platser du mår bra av - dina kontaktpersoner och din relation med dem - dina vårdkontakter - riskfaktorer i ditt hem
- Om du har samtyckt till det kommer vi även att dela din säkerhetsplan med din eller dina stöttande vuxna	

Hur länge dina personuppgifter sparas: Vi sparar dina personuppgifter så länge du har ett konto i appen. Om du tar bort ditt konto raderar vi dina personuppgifter inom tolv månader efter att kontot togs bort. Om du har varit inaktiv i mer än tolv månader tar vi bort ditt konto och dina personuppgifter inom tolv månader efter det. Du har när som helst möjlighet att ta bort ditt konto. Du har också möjlighet att själv ta bort vissa av dina personuppgifter från säkerhetsplanen när du vill. Du kan även när som helst ändra dina inställningar för vad som delas med din eller dina stöttande vuxna.

Syfte: För att du ska kunna chatta med andra

Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Ger dig möjlighet att chatta med din eller dina stöttande vuxna <i>Vi skyddar chatten för att säkerställa att din chatt inte kan läsas av obehöriga.</i>	- Ditt namn - Din bild - Information som du delar i chatten, vilket kan innehålla uppgifter om ditt mående och din hälsa

Hur länge dina personuppgifter sparas: Vi sparar dina personuppgifter så länge du har ett konto i appen. Om du tar bort ditt konto raderar vi dina personuppgifter inom tolv månader efter att kontot togs bort. Om du har varit inaktiv i mer än tolv månader tar vi bort ditt konto och dina personuppgifter inom tolv månader efter det. Du har när som helst möjlighet att ta bort ditt konto.

Syfte: För att påminna dig om dina aktiviteter och ge dig möjlighet att dela dem med andra

Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Ger dig möjlighet att spara dina kommande aktiviteter i appens kalender - Påminner dig om dina aktiviteter	- Information om aktiviteter som du gör eller ska göra, vilket kan innehålla information om var du befinner dig eller uppgifter om ditt mående och din hälsa
- Om du har samtyckt till det kommer vi att även att dela dina aktiviteter med din eller dina stöttande vuxna	

Hur länge dina personuppgifter sparas: Vi sparar dina personuppgifter så länge du har ett konto i appen. Om du tar bort ditt konto raderar vi dina personuppgifter inom tolv månader efter att kontot togs bort. Om du har varit inaktiv i mer än tolv månader tar vi bort ditt konto och dina personuppgifter inom tolv månader efter det. Du har när som helst möjlighet att ta bort ditt konto. Du har också möjlighet att själv ta bort dina aktiviteter i appen när du vill. Du kan även när som helst ändra dina inställningar för vad som delas med din eller dina stöttande vuxna.

Syfte: För att du ska kunna skriva dagbok och kunna dela den med andra

Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Ger dig möjlighet att anteckna hur du mår varje dag genom att välja en känsla och skriva kommentarer - Sparar information om ditt mående för varje dag så att du kan följa hur du mår över tid	- Ditt namn - Ditt mående under dagen som du anger i form av en figur - Anteckningar du skriver om hur du mår - Din röst om du spelar in kommentarer med en röstinspelning
- Om du har samtyckt till det kommer vi även att dela din känsla och/eller dina dagboksanteckningar med din eller dina stöttande vuxna	

Hur länge dina personuppgifter sparas: Vi sparar dina personuppgifter så länge du har ett konto i appen. Om du tar bort ditt konto raderar vi dina personuppgifter inom tolv månader efter att kontot togs bort. Om du har varit inaktiv i mer än tolv månader tar vi bort ditt konto och dina personuppgifter inom tolv månader efter det. Du har när som helst möjlighet att ta bort ditt konto. Du har också möjlighet att själv ta bort dina dagboksanteckningar i appen när du vill. Du kan även när som helst ändra dina inställningar för vad som delas med din eller dina stöttande vuxna.

Syfte: För att förbättra appen och användarupplevelsen	
Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Analyserar hur du använder appen - Frågar om du vill betygsätta appen eller ge feedback - Analyserar din feedback - Kontaktar dig om din feedback om du har bett oss göra det - Förbättrar appen, t.ex. hitta och åtgärda fel <i>Vi använder cookies och liknande tekniker för att analysera hur du använder appen. Läs mer om cookies här.</i>	- Din e-postadress (om du anger den) - Tekniska uppgifter, t.ex. information om din enhet och teknisk information om din användning av appen - Information om din betygsättning och feedback på appen - Information om när du registrerade ett konto i appen
Hur länge dina personuppgifter sparas: Vi gallrar personuppgifter löpande och sparar dina personuppgifter i max tolv månader.	

Syfte: För att kontakta dig, besvara dina frågor och hantera eventuella anspråk	
Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Har kontakt med dig och svarar på dina frågor - Hanterar eventuella klagomål eller anspråk	- Ditt namn - Din e-postadress eller ditt telefonnummer - Information från vår kontakt med dig, vilket kan innehålla uppgifter om ditt mående och din hälsa
Hur länge dina personuppgifter sparas: Dina personuppgifter från vår kontakt sparas så länge du har ett aktivt konto i appen. Om du har framfört ett klagomål eller annat anspråk sparas dina personuppgifter så länge ärendet pågår.	

Om du är stöttande vuxen

Vi hanterar dina personuppgifter när du skapar ett konto och använder appen *Min Livlina Ung*. I tabellerna nedan kan du läsa mer om detta.

Vi får dina personuppgifter *från den ungdom* som lagt till dig som stöttande vuxen. Vi får även vissa av dina personuppgifter *från dig* när du använder appen.

Syfte: För att hantera ditt konto i appen och ge dig appens funktioner

Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Skickar en inbjudan till dig för att du ska få tillgång till appen och kunna skapa ditt konto - Skapar ditt konto och gör det möjligt för dig att logga in i och använda appen - Ingår avtal med dig om din användning av appen - Möjliggör för dig att skapa anteckningar och liknande, t.ex. hanteringsstrategier kopplat till din ungdoms säkerhetsplan - Ger dig möjlighet att chatta med den ungdom som lagt till dig - Skickar notiser till dig om du tillåtit det i appen <i>Vi använder nödvändiga cookies och liknande tekniker för att du ska kunna logga in i appen. Läs mer om cookies här.</i> <i>Vi skyddar chatten för att säkerställa att din chatt inte kan läsas av obehöriga.</i>	- Ditt namn - Ditt användarnamn - Din bild - Din e-postadress - Ditt telefonnummer - Ditt lösenord - Din PIN-kod (om du valt en sådan för inloggning) - Uppgift om din relation med den ungdom som lagt till dig - Anteckningar och information du själv väljer att lämna, t.ex. gällande hur du ska hantera olika situationer kopplat till din ungdoms säkerhetsplan, vilket kan innehålla uppgifter om ditt mående och din hälsa - Uppgifter som du väljer att dela med dig av i chatten
Hur länge dina personuppgifter sparas: Vi sparar dina personuppgifter så länge du har ett konto i appen. Om du tar bort ditt konto raderar vi dina personuppgifter inom tolv månader efter att kontot togs bort. Om du har varit inaktiv i mer än tolv månader tar vi bort ditt konto och dina personuppgifter inom tolv månader efter det. Du har när som helst möjlighet att ta bort ditt konto. Du har också möjlighet att när som helst själv ta bort vissa av dina personuppgifter i appen.	

Syfte: För att förbättra appen och användarupplevelsen

Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Analyserar hur du använder appen - Frågar om du vill betygsätta appen eller ge feedback - Analyserar din feedback - Kontaktar dig om din feedback om du har bett oss göra det - Förbättrar appen, t.ex. hitta och åtgärda fel <i>Vi använder cookies och liknande tekniker för att analysera hur du använder appen. Läs mer om cookies här.</i>	- Din e-postadress (om du anger den) - Tekniska uppgifter, t.ex. information om din enhet och teknisk information om din användning av appen - Information om din betygsättning och feedback på appen - Information om när du registrerade ett konto i appen

Hur länge dina personuppgifter sparas: Vi gallrar personuppgifter löpande och sparar dina personuppgifter i max tolv månader.

Syfte: För att kontakta dig, besvara dina frågor och hantera eventuella anspråk

Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Har kontakt med dig och svarar på dina frågor - Hanterar eventuella klagomål eller anspråk	- Ditt namn - Din e-postadress eller ditt telefonnummer - Information från vår kontakt med dig
Hur länge dina personuppgifter sparas: Dina personuppgifter från vår kontakt sparas så länge du har ett aktivt konto i appen. Om du har framfört ett klagomål eller annat anspråk sparas dina personuppgifter så länge ärendet pågår.	

Om du är tillagd som person i en ungdoms säkerhetsplan

Vi hanterar dina personuppgifter när du blir tillagd av en ungdom i ungdomens säkerhetsplan. I tabellen nedan kan du läsa mer om hur vi hanterar dina personuppgifter.

Vi får dina personuppgifter *från den ungdom* som lagt till dig i sin säkerhetsplan.

Syfte: För att skapa en snabb kontaktväg för en ungdom

Vad vi gör med personuppgifterna	Vilka personuppgifter vi hanterar
- Möjliggör för en ungdom som använder vår app att snabbt kunna nå dig genom att dina kontaktuppgifter som finns i ungdomens säkerhetsplan	- Ditt namn - Din bild - Ditt telefonnummer - Uppgift om din relation med den ungdom som lagt till dig - Uppgift om ditt yrke
Hur länge dina personuppgifter sparas: Vi sparar dina uppgifter så länge en ungdom har dina kontaktuppgifter sparade i sin säkerhetsplan. Om en ungdom tar bort dig ur sin säkerhetsplan, raderar sitt konto, eller om vi raderar ungdomens konto, kommer vi även att radera dina personuppgifter. Om du inte vill att vi ska ha kvar dina personuppgifter kan vi ta bort dem om du kontaktar oss och ber om det.	

Laglig grund

Här kan du läsa mer om vilka stöd i lag vi har för att få hantera dina personuppgifter på det sätt vi har beskrivit i tabellerna längre upp i dokumentet. Detta kallas för "laglig grund". Vi har delat upp informationen efter om du är ungdom, stöttande vuxen eller har blivit tillagd som person i en ungdoms säkerhetsplan.

Om du är ungdom använder vi följande lagliga grunder:

- Den lagliga grunden när vi hanterar ditt konto i appen och när du använder appen kallas för intresseavvägning. Samma lagliga grund har vi när vi behöver förbättra appen och användarupplevelsen och när vi har kontakt med dig eller behöver hantera anspråk. Det innebär att vi har bedömt att vi har ett berättigat intresse av att kunna ge dig tillgång till appen, för att kunna förbättra appen och vår verksamhet samt för att på bästa sätt kunna hjälpa dig med dina frågor och hantera ett eventuellt rättsligt anspråk.
- För att få hantera känsliga personuppgifter (information om ditt mående och din hälsa) förlitar vi oss på att vi som ideell organisation ska kunna ge dig tillgång till appen som vi skapat för ett samhällsviktigt syfte.
- Vi ber om ditt samtycke för att dela information med din eller dina stöttande vuxna som du väljer att dela, t.ex. din säkerhetsplan. Du kan när som helst ta tillbaka ditt samtycke. Om du tar tillbaka samtycket påverkar det inte den hantering som redan har skett innan du tog tillbaka samtycket. Men appen slutar att fortsätta dela det du har valt bort att dela.

Om du är stöttande vuxen använder vi följande lagliga grunder:

- Den lagliga grunden när vi hanterar ditt konto i appen och när du använder appen är vårt avtal med dig. Det innebär att vi behandlar dina personuppgifter för att ingå och fullgöra avtalet avseende din användning av appen. Du behöver lämna dessa uppgifter till oss för att du ska kunna skapa ett konto och använda appen.
- För att få hantera känsliga personuppgifter (information om ditt mående och din hälsa) om du lämnar sådana uppgifter till oss i appen förlitar vi oss på att vi som ideell organisation ska kunna ge dig tillgång till appen som vi skapat för ett samhällsviktigt syfte.
- Den lagliga grunden när vi behöver förbättra appen och användarupplevelsen kallas för intresseavvägning. Samma lagliga grund har vi när vi har kontakt med dig eller behöver hantera anspråk. Det innebär att vi har bedömt att vi har ett berättigat intresse av att kunna förbättra appen och vår verksamhet samt för att på bästa sätt kunna hjälpa dig med dina frågor och hantera ett eventuellt rättsligt anspråk.

Om du är tillagd som person i en ungdoms säkerhetsplan är den lagliga grunden för att få hantera dina personuppgifter en så kallad intresseavvägning. Det innebär att vi har bedömt att vi har ett berättigat intresse av att ge ungdomen enkel tillgång till dina kontaktuppgifter.

Intresseavvägning

Som vi anger ovan hanterar vi vissa av dina personuppgifter med stöd av en intresseavvägning som laglig grund. Intresseavvägningen innebär att vi har gjort en bedömning att vårt berättigade intresse att behandla dina personuppgifter väger tyngre än ditt intresse och dina grundläggande rättigheter att inte få dina personuppgifter behandlade. Vad som är vårt berättigade intresse framgår i tabellerna ovan.

Om du vill veta mer om hur vi har gjort dessa bedömningar är du välkommen att [kontakta oss](#).

Vilka rättigheter har du när vi behandlar dina personuppgifter?

Enligt GDPR har du vissa rättigheter – se mer information här nedan.

Om du har frågor om rättigheterna eller vill använda någon av dem är du välkommen att kontakta oss på kontaktuppgifterna [ovan](#). Hos [Integritetsskyddsmyndigheten](#) hittar du också mer detaljerad information om när dina rättigheter gäller och vilka undantag som finns.

- Rätt att klaga

Du har rätt att *lämna klagomål* till en tillsynsmyndighet om du anser att hanteringen av dina personuppgifter strider mot GDPR. I Sverige är tillsynsmyndigheten [Integritetsskyddsmyndigheten](#). Läs mer [här](#).

- Rätt att ta tillbaka ditt samtycke

Du har rätt att när som helst *ta tillbaka ditt samtycke* genom att [kontakta oss](#). Läs mer [här](#).

- Rätt till att få tillgång till dina personuppgifter ("rätten till registerutdrag")

Du har rätt att *få bekräftat om vi hanterar dina personuppgifter* eller inte. Du kan skicka en förfrågan genom att [kontakta oss](#). Om vi hanterar dina personuppgifter har du även rätt att *få en kopia av personuppgifterna samt information om hanteringen*, t.ex. varför vi hanterar dem och hur länge uppgifterna sparas. Läs mer [här](#).

- Rätt att göra invändningar

Du har rätt att när som helst *invända* mot hantering av dina personuppgifter som grundar sig på en [intresseavvägning](#). Läs mer [här](#).

- Rätt att rätta till personuppgifter

Du har rätt att utan onödigt dröjsmål *få felaktiga personuppgifter som rör dig rättade*. Du har även rätt att *komplettera ofullständiga personuppgifter*. Läs mer [här](#).

- **Rätt att få personuppgifter raderade ("rätten att bli bortglömd")**

Du har under vissa förutsättningar rätt att utan onödigt dröjsmål *få dina personuppgifter raderade av oss*. Till exempel om du [återkallar ditt samtycke](#) och det inte finns någon annan rättslig grund för hanteringen eller om personuppgifterna inte längre behövs för de syften som de samlats in eller behandlats för. Läs mer [här](#).

- **Rätt att begränsa personuppgiftsbehandlingen**

Du har under vissa förutsättningar rätt att kräva att vi *begränsar vår hantering* av dina personuppgifter. Till exempel om du bestrider uppgifternas riktighet, eller om hanteringen är olaglig och du motsätter dig att personuppgifterna raderas utan istället begär en begränsning av användningen. Läs mer [här](#).

- **Rätt till dataportabilitet**

Om vi hanterar dina personuppgifter med stöd av ditt samtycke eller för att fullgöra ett avtal har du *rätt att få ut de personuppgifter* som rör dig. Rätten gäller för uppgifter som du har lämnat till oss i ett strukturerat, allmänt använt och maskinläsbart format. Du har även rätt att *överföra dessa personuppgifter* till en annan personuppgiftsansvarig, när det är tekniskt möjligt. Läs mer [här](#).
