

Politique de confidentialité

Dernière mise à jour : 24 juillet 2026

La présente politique explique comment Mental Apaisé (ci-après « nous ») collecte, utilise et protège vos données lorsque vous utilisez le site www.mental-apaise.fr et le service associé (chat, journal, abonnements).

1. Responsable du traitement

- Responsable : Mental Apaisé
- Contact : mentalapaise@gmail.com

2. Données que nous collectons

Selon votre utilisation du service, nous pouvons traiter :

- Données de compte : adresse e-mail, identifiant utilisateur (Supabase Auth), mot de passe chiffré si vous en créez un
- Données d'utilisation : messages échangés avec le chat IA, entrées de journal, modes utilisés, historique (selon votre formule)
- Données de facturation : gérées par Stripe (nous ne stockons pas vos numéros de carte bancaire complets)
- Données techniques : logs serveur, identifiants de session, adresse IP approximative, type de navigateur
- Données analytics : pages visitées, interactions anonymisées ou pseudonymisées (Microsoft Clarity, Amplitude)
- Retours utilisateurs : message et e-mail optionnel envoyés via le formulaire de contact/avis

3. Finalités du traitement

- Fournir le service (chat IA, journal, modes, abonnements)
- Gérer votre compte et votre abonnement
- Assurer la sécurité, la prévention des abus et le respect des quotas (ex. messages gratuits)
- Améliorer le produit et comprendre l'usage (statistiques agrégées)
- Répondre à vos demandes de contact
- Respecter nos obligations légales

4. Base légale (RGPD)

- Exécution du contrat : fourniture du service auquel vous souscrivez

- Consentement : analytics, cookies non essentiels le cas échéant
- Intérêt légitime : sécurité, amélioration du service, lutte contre la fraude
- Obligation légale : conservation de certaines données comptables

5. Sous-traitants et destinataires

Nous faisons appel aux prestataires suivants pour faire fonctionner Mental Apaisé :

- Vercel — hébergement du site et des fonctions serverless
- Supabase — authentification, base de données, stockage des comptes et contenus
- Stripe — paiement et gestion des abonnements
- Anthropic — traitement des messages par intelligence artificielle (modèle Claude)
- Microsoft Clarity — analyse d'usage et enregistrements de session anonymisés
- Amplitude — analytics produit
- Resend (le cas échéant) — envoi d'e-mails transactionnels

Certains de ces prestataires peuvent être situés hors de l'Union européenne. Dans ce cas, des garanties appropriées (clauses contractuelles types, mesures de sécurité) sont mises en place lorsque requis.

6. Intelligence artificielle et contenus sensibles

Vos messages peuvent contenir des informations à caractère personnel ou émotionnel. Ils sont transmis à notre prestataire IA uniquement pour générer des réponses dans le cadre du service. Mental Apaisé ne réalise pas de diagnostic médical et ne doit pas être utilisé en remplacement d'un professionnel de santé.

En formule gratuite , l'historique des conversations n'est en principe pas sauvegardé de manière durable. En formule Essentiel , journal et historique peuvent être conservés sur votre compte.

7. Durées de conservation

- Compte actif : données conservées tant que le compte existe
- Après suppression du compte : suppression ou anonymisation dans un délai raisonnable, sauf obligation légale de conservation
- Logs techniques : durée limitée (généralement quelques semaines à quelques mois)
- Données de facturation Stripe : selon les obligations comptables applicables
- Quota gratuit (messages/jour) : compteurs journaliers, non liés durablement à du contenu en gratuit

8. Vos droits

Conformément au RGPD, vous disposez des droits suivants :

- Droit d'accès, de rectification et d'effacement

- Droit à la limitation et à l'opposition (dans les limites légales)
- Droit à la portabilité de vos données
- Droit de retirer votre consentement à tout moment (pour les traitements fondés sur le consentement)

Pour exercer vos droits : mentalapaise@gmail.com . Vous pouvez également supprimer votre compte depuis les paramètres de l'application lorsque cette option est disponible.

En cas de litige, vous pouvez introduire une réclamation auprès de la CNIL (Commission nationale de l'informatique et des libertés).

9. Cookies et traceurs

Nous utilisons notamment :

- Des cookies / stockages locaux strictement nécessaires au fonctionnement (session, authentification, préférence de langue)
- Des outils de mesure d'audience (Clarity, Amplitude) pour comprendre l'utilisation du site

Vous pouvez configurer votre navigateur pour refuser certains cookies. Cela peut limiter certaines fonctionnalités.

10. Sécurité

Nous mettons en œuvre des mesures techniques et organisationnelles raisonnables (HTTPS, authentification, accès restreints, prestataires reconnus). Aucune transmission sur Internet n'est toutefois garantie à 100 % sécurisée.

11. Mineurs

Si vous êtes mineur, l'utilisation du service doit se faire avec l'accord d'un parent ou titulaire de l'autorité parentale, conformément à la réglementation applicable. Si vous pensez qu'un mineur nous a transmis des données sans autorisation, contactez-nous pour suppression.

12. Modifications

Nous pouvons mettre à jour cette politique. La date de dernière mise à jour figure en haut de page. En cas de changement important, nous pourrions vous en informer via le site ou par e-mail.

