

SMART RING

Model: SR-100
INSTRUKCJA OBSŁUGI

Dziękujemy za zakup naszego produktu! Przed pierwszym użyciem należy dokładnie zapoznać się z instrukcją obsługi. Instrukcję należy zachować do późniejszego wglądu, gdyż zawiera ważne informacje.

Firma Forever stosuje czujniki i algorytmy do podawania danych, które można wykorzystać podczas aktywności sportowych lub przygód. Wybierając i stosując odpowiednio moduły wykorzystane do produkcji chcemy, aby dokonywały jak najlepsze pomiary. Mimo to dane dostarczane przez nasze produkty i usługi są szacunkowe, a generowane wyniki mogą nie być precyzyjne.

Kalorie, tętno, ciśnienie krwi oraz inne pomiary mogą nie odpowiadać wynikom rzeczywistym. Produkty i usługi Forever są przeznaczone wyłącznie do użytku rekreacyjnego, a nie do celów medycznych.

PRZEZNACZENIE PRODUKTU:
Produkt jest urządzeniem przenośnym wykorzystującym połączenie Bluetooth do komunikacji z telefonem, za pomocą którego jest możliwa synchronizacja danych monitorujących aktywności fizyczne, puls itp. Korzystanie z urządzenia wykraczające poza jego przeznaczenie jest niezgodne z prawem i negatywnie wpływa na otoczenie.

ZASADY BEZPIECZNEGO UŻYTKOWANIA:

- Przeczytaj i zachowaj niniejszą instrukcję. Zapoznaj się uważnie ze wskazówkami a nieprzestrzeganie ich może trwale uszkodzić urządzenie lub spowodować nieprawidłowe jego funkcjonowanie.
- Wewnątrz urządzenia nie znajdują się części mogące zostać naprawione przez użytkownika.
- Wszelkie naprawy powinny być wykonywane przez serwisanta. Producent nie ponosi odpowiedzialności za uszkodzenie spowodowane samodzielną ingerencją w produkt.
- Używaj tylko i wyłącznie oryginalnych części/akcesoriów dostarczonych przez producenta.
- Nie zostawiaj urządzenia bez kontroli podczas ładowania.
- Nie wolno używać produktu, gdy jest uszkodzony.
- Opakowanie nie jest zabawką. Zaraz po rozpakowaniu trzymaj je z dala od dzieci.
- Urządzenie nie jest zabawką. Przechowuj urządzenie z dala od zasięgu dzieci. Urządzenie nie powinno być obsługiwane przez osoby (także dzieci) o ograniczonych predyspozycjach ruchowych lub psychicznych, a także przez osoby niemające doświadczenia w obsłudze sprzętu elektronicznego. Mogą one z niego korzystać jedynie pod nadzorem osób odpowiadających za ich bezpieczeństwo.
- Chronić produkt przed upadkiem i silnymi wstrząsami.
- Nie zginać ani nie zakleszczać przewodu do ładowania. Wyciągając przewód, należy chwycić bezpośrednio za wtyczkę, nigdy za sam przewód.
- Do czyszczenia urządzenia używaj tylko wilgotnej i miękkiej ściereczki. Nie używaj środków o wysokim stężeniu kwasowym lub zasadowym.

ZASADY BEZPIECZNEGO UŻYTKOWANIA BATERII:
Urządzenia (etui i ring) mają wbudowaną baterie nadającą się do powtórznego naładowania. Unikaj wystawiania baterii na działanie bardzo niskich lub bardzo wysokich temperatur (poniżej 10°C / 50°F lub powyżej 45°C / 113°F). Ekstremalne temperatury mogą mieć wpływ na pojemność i żywotność baterii. Unikaj narażania baterii na kontakt z płynami i metalowymi przedmiotami, gdyż może to doprowadzić do całkowitego lub częściowego uszkodzenia baterii. Baterię używaj tylko zgodnie z jego przeznaczeniem. Nie niszczyć, nie uszkadzać ani nie wrzucać baterii do ognia – może to być niebezpieczne i spowodować pożar. Zużyta lub uszkodzona bateria należy umieścić w specjalnym pojemniku. Przeładowanie baterii może powodować jego uszkodzenie. W związku tym nie ładuj baterii dłużej niż to konieczne. Nie otwieraj baterii. Bateria urządzenia jest niewymienialna i stanowi jego integralną część. Nie wolno podejmować prób jej wymiany. Zamontowanie baterii nieodpowiedniego typu grozi jej wybuchem. Używaj baterii zgodnie z instrukcją. Nie włączaj urządzenia w miejscach, w których zabrania się korzystania z urządzeń elektronicznych, ani wtedy, gdy może to spowodować zakłócenia lub inne zagrożenia. Nie zostawiaj urządzenia bez kontroli podczas ładowania.

WODOODPORNOŚĆ 5ATM – INSTRUKCJA I ŚRODKI OSTROŻNOŚCI
Smart ring o wodoodporności 5ATM (50 metrów) jest odporny na codzienne zachłapania, deszcz oraz krótkotrwałe zanurzenie w wodzie. Oznacza to, że można go nosić podczas mycia rąk, kąpieli w zimnej wodzie czy lekkiego pływania, jednak nie jest przeznaczony do nurkowania ani intensywnych sportów wodnych.

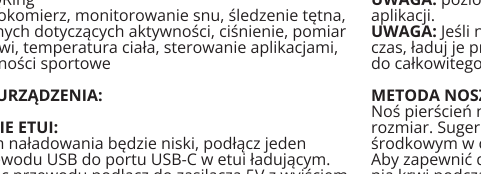
Zalecenia dotyczące bezpieczeństwa:

- Odporny na zachłapania, deszcz, mycie rąk.
- Może być krótkotrwale zanurzony w wodzie, np. podczas kąpieli lub lekkiego pływania.
- Nie używać w gorącej wodzie (np. pod prysznicem, w saunie) – wysoka temperatura może osłabić uszczelnienie.
- Unikaj intensywnych sportów wodnych, nurkowania oraz silnych strumieni wody.
- Nie nosić w słonej wodzie lub chlorowanych basenach substancje chemiczne mogą uszkodzić uszczelki i powierzchnię pierścienia.

UWAGA: Wodoodporność może się zmniejszać z czasem, dlatego należy dbać o smart ring i unikać sytuacji mogących osłabić jego uszczelnienia.

Specyfikacja:
Bateria (Smart ring): Li-Poly, 3,7 V⁼⁼ 15 mAh, 0,055 Wh
Bateria (etui ładujące): Li-Poly, 3,7V⁼⁼ 200 mAh, 0,74 Wh
Ładowanie etui (USB-C): 5,0 V⁼⁼ 1 A
Ładowanie ring (PIN): 5,0 V⁼⁼ 16mA
Wodoszczelność: 5ATM
Wersja Bluetooth: 5.2 BLE
Zasięg Bluetooth: do 10 m
Częstotliwość BT: 2402-2480 MHz
Maksymalna moc częstotliwości radiowej: -0,85 dBm (EIRP)
Aplikacja: QRing
Funkcje: Krokomierz, monitorowanie snu, śledzenie tętna, rejestry danych dotyczących aktywności, ciśnienie, pomiar tlenu we krwi, temperatura ciała, sterowanie aplikacjami, GRY, aktywności sportowe

BUDOWA URZĄDZENIA:



Obsługa urządzenia:

Ładowanie etui:
Gdy poziom naładowania będzie niski, podłącz jeden koniec przewodu USB do portu USB-C w etui ładującym. Drugi koniec przewodu podłącz do zasilacza 5V z wyjściem USB. Ładowanie zasygnalizuje czerwona dioda na etui przy porcie ładowania. Po pełnym naładowaniu dioda zapali się na zielono. Po naładowaniu odłącz etui ładujące

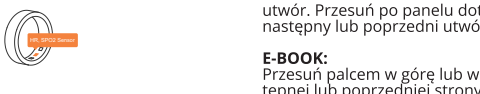
od źródła zasilania.
UWAGA: Zasilacz nie jest dostarczany do urządzenia i należy go zakupić osobno!

Ładowanie Smart Ring za pomocą etui:
Włóż urządzenie do etui w odpowiednie miejsce zgodnie z rysunkiem. Magnes przyciągnie ring i ładowanie zacznie się automatycznie.

Ładowanie Smart Ring za pomocą kabla:
Wymij kabel z końcówką magnetyczną. Połącz z portem ładowania następnie drugi koniec podłącz do zasilania. Rozpoczęcie ładowania zasygnalizuje czerwona dioda. Po pełnym naładowaniu zapali się zielona dioda.
UWAGA: poziom naładowania baterii dostępny jest w aplikacji.
UWAGA: Jeśli nie korzystasz z urządzenia przez dłuższy czas, ładuj je przynajmniej raz na 3 miesiące. Nie dopuść do całkowitego rozładowania.

Metoda noszenia:
Noś pierścień na odpowiednim palcu i wybierz wygodny rozmiar. Sugerujemy noszenie go na palcu wskazującym, środkowym w celu lepszego monitorowania danych. Aby zapewnić dokładniejszy pomiar tętna i natlenienia krwi podczas noszenia zegarka, umieść czujnik na wewnętrznej stronie palca.

Sterowanie muzyką:
Pojedyncze wciśnięcie zatrzyma lub wznowi odtwarzany



Parowanie:
Wymij ring z etui. Uruchom dedykowaną aplikację, następnie wyszukaj urządzenie i połącz. Udziel pożądanego zgody. Nieudzielenie ich może spowodować ograniczony dostęp do funkcji, co może być przyczyną nieprecyzyjnych pomiarów.



Sterowanie za pomocą panelu dotykowego:
Urządzenie jest wyposażone w dodatkowy panel, który umożliwi sterowanie funkcjami za pomocą dotyku. Wybór odpowiednich funkcji odbywa się za pomocą dedykowanej aplikacji, w sekcji „Sterowanie dotykiem”.

Aparat:
Możliwość robienia zdalnie zdjęć. Wejdź w aplikację następnie Profil. Wciśnij „Zrób zdjęcie” Aplikacja wejdzie w tryb aparatu. Wciśnij szybko dwa razy dotyk. Zdjęcie zostanie zapisane w galerii telefonu.

utwór. Przesuń po panelu dotykowym aby przełączyć na następny lub poprzedni utwór.

E-BOOK:
Przesuń palcem w górę lub w dół, aby przejść do następnej lub poprzedniej strony

Film:
Pojedyncze wciśnięcie zatrzyma lub wznowi odtwarzany utwór. Przesuń po panelu dotykowym, aby przełączyć na następny lub poprzedni utwór, kliknij dwukrotnie, aby polubić.

Czas uśpienia:
Sterowanie dotykowe zwiększa zużycie energii, wyłącz je, gdy nie jest używane. Można ustawić czas po którym pierścień przejdzie w tryb uśpienia (1-5 minut). Aby wybudzić kliknij dwukrotnie w obszar dotykowy.

Zdrowie:
Smart ring to urządzenie noszone na palcu, które monitoruje różne parametry zdrowotne i aktywność użytkownika. Podgląd pomiarów, ustawienia oraz aktywacją pomiarów odbywa się przy pomocy dedykowanej aplikacji.

Jego funkcje zdrowotne obejmują:

- Tętno – śledzenie tętna w czasie rzeczywistym i analiza jego zmienności.
- Saturacja krwi (SpO2) – pomiar poziomu tlenu we krwi, co może pomóc w wykrywaniu problemów z oddychaniem.
- Temperatura ciała – monitorowanie zmian temperatury, co może wskazywać na infekcję lub inne problemy zdrowotne.

• Ciśnienie krwi – pomiar dokonywany nie jest w standardzie tradycyjnej technologii, a pokazuje jedynie szacunkowy wyrażony w określonych przez producenta jednostek.
• Zarządzanie stresem i regeneracją analiza zmienności rytmu serca (HRV), co pomaga ocenić poziom stresu.
• Analiza jakości snu
• Śledzenie faz snu (Przebudzenie, lekki i głęboki sen).
• Dane zdrowotne podczas snu
• Monitorowanie aktywności fizycznej
• Liczenie kroków i analiza ruchu.
• Pomiar spalonych kalorii.
• Dystans.
• Aktywności sportowe

PRAWIDŁOWA UTYLIZACJA ZUŻYTEJ BATERII:

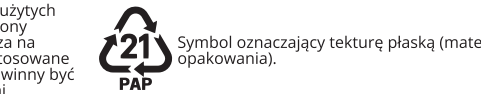


Zgodnie z rozporządzeniem UE 2023/1542 w sprawie baterii i zużytych baterii, produkt ten jest oznaczony symbolem przekreślonego kosza na śmieci. Symbol oznacza, że zastosoowane w tym produkcie baterie nie powinny być wyrzucane razem z normalnymi odpadami z gospodarstw domowych, lecz traktowane zgodnie z dyrektywą i miejscowymi przepisami. Nie wolno wyrzucać baterii razem z niesortowanymi odpadami komunalnymi. Użytkownicy baterii muszą korzystać z dostępnej sieci odbioru tych elementów, która umożliwia ich zwrot, recykling oraz utylizację. Na terenie UE zbiórka i recykling baterii i podlega osobnym procedurom. Aby dowiedzieć się więcej o istniejących w okolicy procedurach recyklingu baterii należy skontaktować się z urzędem miasta, instytucją ds. gospodarki odpadami lub wysypiskiem.

gospodarstwa domowego. Użytkownik ma obowiązek lub wyrzucać wraz z innymi odpadami z elektronicznego, dostarczając go do wyznaczonego punktu, w którym takie niebezpieczne odpady poddawane są procesowi recyklingu. Gromadzenie tego typu odpadów w wydzielonych miejscach oraz właściwy

Telforceone S.A. niniejszym oświadcza, że typ urządzenia radiowego bluetooth ring SR-100 jest zgodny z Dyrektywą 2014/53/UE. Pełny tekst deklaracji zgodności UE jest dostępny pod następującym adresem internetowym: <https://manual.forever.eu/>

Niniejszą instrukcję obsługi oraz opakowanie urządzenia należy poddać ponownemu przetworzeniu zgodnie z lokalnymi wytycznymi recyklingu.



Producent: TelForceOne S. A.
Krakowska 119, 50-428 Wrocław, Polska
kontakt@forever.eu
Wyprodukowano w Chinach

SMART RING

Model: SR-100

USER MANUAL

Thank you for purchasing our product! Before first use, please read this user manual carefully. Keep the manual for future reference as it contains important information.

Forever uses sensors and algorithms to provide data that can be used during sports activities or adventures. By selecting and applying the appropriate modules in production, we aim to achieve the most accurate measurements. However, the data provided by our products and services is estimated, and the generated results may not be precise.

Calories, heart rate, blood pressure and other measurements may not reflect actual values. Forever products and services are intended for recreational use only and not for medical purposes.

PRODUCT PURPOSE:
The product is a portable device that uses Bluetooth connectivity to communicate with a phone, allowing synchronization of physical activity monitoring data, pulse, etc. Using the device beyond its intended purpose is unlawful and negatively impacts the environment.

- SAFETY GUIDELINES:**
- Read and retain this manual. Carefully follow the instructions, as failure to do so may permanently damage the device or cause it to malfunction.
 - There are no user-serviceable parts inside the device.
 - All repairs should be carried out by a service technician. The manufacturer is not responsible for damage caused by unauthorized tampering with the product.
 - Use only original parts/accessories provided by the manufacturer.
 - Do not leave the device unattended while charging.
 - Do not use the product if it is damaged.
 - The packaging is not a toy. After unpacking, keep it away from children.
 - The device is not a toy. Keep it out of the reach of children. It should not be operated by individuals (including children) with reduced physical or mental abilities, or those inexperienced in handling electronic devices, unless supervised.
 - Protect the product from falls and strong impacts.
 - Do not bend or pinch the charging cable. When unplugging, hold the plug directly, not the cable.
 - Clean the device with a damp, soft cloth only. Do not use high-acid or high-alkaline cleaning agents.

BATTERY SAFETY GUIDELINES:
The device (case and ring) has a built-in rechargeable battery. Avoid exposing the battery to very low or very high temperatures (below 10°C / 50°F or above 45°C / 113°F). Extreme temperatures may affect battery capacity and lifespan. Avoid exposing the battery to liquids and metal objects, as this may cause total or partial damage

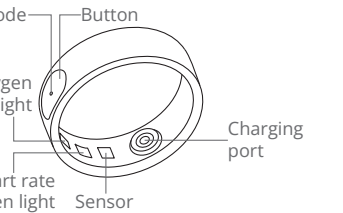
to the battery. Use the battery only as intended. Do not destroy, damage, or throw the battery into fire – this may be hazardous and cause a fire. Dispose of used or damaged batteries in special containers. Overcharging the battery may cause damage. Do not charge longer than necessary. Do not open the battery. The device battery is non-replaceable and is an integral part of the product. Do not attempt to replace it. Installing an incorrect battery type may result in an explosion. Dispose of the battery according to the instructions. Do not use the device in locations where electronic devices are prohibited, or where interference or other hazards may occur. Do not leave the device unattended while charging.

WATER RESISTANCE 5ATM - INSTRUCTIONS AND PRECAUTIONS:
The smart ring with 5ATM water resistance (50 meters) is resistant to everyday splashes, rain, and short-term immersion in water. It can be worn while washing hands, bathing in cold water, or light swimming. However, it is not suitable for diving or intense water sport.

- SAFETY RECOMMENDATIONS:**
- Resistant to splashes, rain, and handwashing.
 - Can be briefly immersed in water, e.g., during bathing or light swimming.
 - Do not use in hot water (e.g., shower, sauna) – high temperature may weaken the seal.
 - Avoid intense water sports, diving, and strong water jets.
 - Do not wear in saltwater or chlorinated pools – chemicals may damage seals and the ring surface.

NOTE: Water resistance may decrease over time, so take care of your smart ring and avoid situations that may weaken its sealing.

CONSTRUCTION OF THE DEVICE:



PACKAGE CONTENTS:

- Smart Ring
- USB-A to C cable
- USB-A to PIN cable
- User Manual

NOTE: Before using the product, check that the packaging is intact and contains all parts. Remove all packaging materials before use. If any parts are missing or damaged, contact the seller.

SPECIFICATIONS:

Battery (Smart Ring): Li-Poly, 3.7V^{nom} 15mAh, 0.055Wh
Battery (Charging Case): Li-Poly, 3.7V^{nom} 200mAh, 0.74Wh
Charging Case (USB-C): 5.0V^{nom} 1A
Ring Charging (PIN): 5.0V^{nom} 16mA
Water Resistance: 5ATM
Bluetooth Version: 5.2 BLE
Bluetooth Range: Up to 10m
BT Frequency: 2402-2480 MHz

Maximum RF Power: -0.85 dBm (EIRP)
App: QRing
Functions: Step counter, sleep monitoring, heart rate tracking, activity data logs, blood pressure, blood oxygen measurement, body temperature, app control, games, sports activities.

DEVICE OPERATION:

CHARGING THE CASE:
When the charge level is low, connect one end of the USB cable to the USB-C port in the charging case. Connect the other end to a 5V USB power adapter.
A red LED near the charging port will indicate charging. A green LED will light up when fully charged.
Disconnect the charging case from the power source after charging.
NOTE: The power adapter is not included and must be purchased separately.

CHARGING THE SMART RING USING THE CASE:

Place the ring in the case according to the diagram. The magnet will attract the ring, and charging will start automatically.

A red LED indicates charging; a green LED signals full charge.

CHARGING THE SMART RING USING A CABLE:

Take out the cable with a magnetic tip. Connect it to the charging port, then plug the other end into a power source. A red LED indicates charging; a green LED signals

full charge.
NOTE: Battery charge level is available in the app.
WARNING: If you do not use the device for an extended period, charge it at least once every 3 months. Do not allow it to discharge completely.

WEARING METHOD:

Wear the ring on a suitable finger for a comfortable fit. We recommend wearing it on the index or middle finger for better data monitoring.
To ensure more accurate heart rate and blood oxygen measurements, position the sensor on the inner side of the finger.



PAIRING:

Remove the ring from the case. Launch the dedicated app, search for the device, and connect. Grant the required permissions, as failing to do so may limit functionality and cause inaccurate readings.
QR CODE for the app is available.



TOUCH PANEL CONTROL:

The device features an additional panel enabling touch-based function control. Functions can be selected in the "Touch Control" section of the app.

CAMERA:

Ability to take pictures remotely. Enter the application then Profile. Press "Take a picture" The app will enter camera mode. Press touch twice quickly. The photo will be saved in the phone's gallery.

MUSIC CONTROL:

A single press will stop or restart the song being played. Swipe on the touchpad to switch to the next or previous song.

E-BOOK:

Swipe up or down to go to the next or previous page

SHORT VIDEO:

A single press will stop or resume the video track being played. Swipe on the touchpad to switch to the next or previous video, double-click to like.

SLEEP MODE:

Touch control increases power consumption, turn it off when not in use. You can set the time after which the ring will go into sleep mode (1-5 minutes).
To wake up double-click on the touch area.

HEALTH:

Smart ring is a finger-worn device that monitors various health parameters and user activity. Viewing of measurements, settings and activation of measurements is done

using a dedicated app.

HEALTH MONITORING FEATURES:

- Heart rate - real-time heart rate tracking and analysis of its variability.
- Blood saturation (SpO₂) - measuring oxygen levels in the blood, which can help detect problems with respiration.
- Body temperature - monitoring changes in temperature, which can indicate infection or other health problems.
- Blood pressure - the measurement taken is not in the standard of traditional technology, and only shows an estimated expressed in units specified by the manufacturer.
- Stress and recovery management analysis of the variability of
- heart rate variability (HRV), which helps assess stress levels.
- Sleep quality analysis
- Tracking sleep phases (Awake, light and deep sleep).
- Health data during sleep
- Physical activity monitoring
- Step counting and movement analysis.
- Measurement of calories burned.
- Distance.
- Sports activities

PROPER DISPOSAL OF USED ELECTRICAL AND ELECTRONIC EQUIPMENT:

The device is marked with a crossed-out waste bin symbol, in accordance with the European Directive 2012/19/EU on Waste Electrical and Electronic Equipment (WEEE). Products marked with this symbol should not be disposed of as household waste at the end of their life cycle. Users are required to dispose of used electrical and electronic equipment by delivering it to a designated collection point where such hazardous waste is subject to recycling. Collecting such waste separately and ensuring proper recycling helps protect natural resources. Proper recycling of used electrical and electronic equipment positively impacts human health and the environment. For more information on safe and environmentally friendly disposal of used electrical and electronic equipment, users should contact their local authorities, a waste collection point, or the retailer where the product was purchased.

to a designated collection point where such hazardous waste is subject to recycling. Collecting such waste separately and ensuring proper recycling helps protect natural resources. Proper recycling of used electrical and electronic equipment positively impacts human health and the environment. For more information on safe and environmentally friendly disposal of used electrical and electronic equipment, users should contact their local authorities, a waste collection point, or the retailer where the product was purchased.

PROPER DISPOSAL OF USED BATTERIES:

According to EU Regulation 2023/1542 on batteries and waste batteries, this product is marked with a crossed-out waste bin symbol. This symbol indicates that the batteries used in this product should not be disposed of with normal household waste but must be handled according to directive and local regulations. Batteries must not be disposed of with unsorted municipal waste. Battery users must utilize the available collection network for their return, recycling,

and disposal. In the EU, battery collection and recycling are subject to separate procedures. To learn more about local battery recycling procedures, contact the city office, waste management institution, or landfill.

Telforceone S.A. hereby declares that the Bluetooth ring SR-100 complies with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU Declaration of Conformity is available at the following web address: <https://manual.forever.eu/>

This user manual and the product packaging should be recycled following local recycling guidelines.

Symbol indicating flat cardboard (packaging material).



Manufacturer: TelForceOne S.A.
Krakowska 119, 50-428 Wrocław, Poland
kontakt@forever.eu
Made in China