Voorbeeld / F04

Back-ups die werken

Gratis: twee van de acht taken, compleet

Voor iedereen die foto's, gesprekken en contacten op de iPhone of Android heeft en die niet wil verliezen als het toestel kapot gaat, gestolen wordt of op fabrieksinstellingen hersteld moet worden.

Je mobiel, de ontgrendelcode, Wi-Fi en toegang tot je accounts (Apple, Google of Samsung). Voor taken 03 en 07 een computer (Mac of Windows) en een datakabel. Een externe schijf is optioneel. Als je meer cloudruimte nodig hebt, betaal je dat apart.

Inbegrepen in de volledige handleiding

01 Weten wat wel en niet beschermd is
02 De back-up van de iPhone in iCloud (in deze proef)
03 De back-up van de iPhone op de computer
04 De back-up van Android en Galaxy
05 Foto’s en video’s in de cloud
06 De WhatsApp-gesprekken (in deze proef)
07 Een tweede kopie van je foto’s op de computer
08 Bevestigen dat de kopies bestaan en openen

De knopnamen volgen de officiële Nederlandse pagina's, geraadpleegd in november 2026. Ze kunnen verschillen per model en systeemversie; als je er een niet vindt, open de in de taak aangegeven officiële bron.

Taak 02

De back-up van de iPhone in iCloud

Een automatische back-up hebben en de datum van de laatste weten.

01 Verbind de iPhone met een wifi-netwerk. Open Instellingen, tik op je naam, daarna op iCloud en op iCloud-reservekopie.

02 Controleer of “Deze iPhone back-uppen” aanstaat. De automatische back-up gebeurt wanneer de iPhone op de lader zit, met wifi verbonden is en het scherm vergrendeld is: laat het zo overnachten.

03 Tik op “Maak nu back-up” en houd de wifi-verbinding tot het klaar is. De datum en tijd van de meest recente back-up staan naast die knop: noteer ze op het blad.

04 Als er een waarschuwing over onvoldoende ruimte verschijnt, bekijk dan eerst wat de ruimte inneemt. In Instellingen > je naam > iCloud, tik op Opslag of Accountopslag beheren, daarna op Back-ups en de naam van de iPhone. Let op: een app uitschakelen verwijdert zijn back-up uit iCloud. Doen dit alleen voor apps waarvan je de gegevens niet wilt bewaren; besluit daarna of je meer opslag nodig hebt.

Controleer het resultaat

De datum van de laatste back-up, naast “Maak nu back-up”, is vandaag.

Als iets niet zoals verwacht verloopt

Als de datum niet verandert van de ene op de andere dag, ontbreekt een van de drie voorwaarden (stroom, wifi, vergrendeld scherm) of is er onvoldoende iCloud-ruimte. Met Foto's in iCloud aanstaan, zitten de foto's niet in deze back-up: die behandel je in taken 05 en 07.

Apple: back-up maken in iCloud · Apple: iCloud-opslag beheren · Apple: wat de iCloud-back-up bevat

Taak 06

De WhatsApp-gesprekken

Een recente kopie van je gesprekken hebben en weten wat die kan verwijderen.

01 Als er gesprekken op je telefoon ontbreken, stop dan hier: maak geen nieuwe kopie en laat de automatische niet lopen, want de nieuwe vervangt de oude. Je Google-account bewaart slechts één kopie per nummer. Herstel eerst (officiële bron aan het einde van de pagina).

02 Android: tik op “Back-up maken” en kies je Google-account. iPhone: tik op “Nu back-up maken”; de back-up gaat naar iCloud. Je hebt vrije ruimte nodig op de telefoon en in de account. Als je in Cloudback-up al de optie WhatsApp ziet (de eigen cloudopslag van WhatsApp, nog niet voor iedereen beschikbaar), is die back-up altijd end-to-end versleuteld; op de iPhone betekent het kiezen ervan dat er geen WhatsApp-back-up meer in iCloud komt.

03 Kies de frequentie van automatische back-ups: dagelijks, wekelijks of maandelijks. Als de video’s in je gesprekken belangrijk zijn, zet “Video’s in chats opnemen” aan (op de iPhone “Video’s in chats opnemen”).

04 Als je de end-to-end versleutelde back-up inschakelt (Chats > Back-up > End-to-end versleutelde back-up), bewaar het wachtwoord of de 64-cijferige versleutelingssleutel buiten je telefoon. Dat is de enige manier om de back-up te openen.

05 WhatsApp maakt een eigen back-up, los van die van de telefoon. Open WhatsApp en ga naar Instellingen > Chats > Back-up. Als de gesprekken een back-up hebben, zie je de tijd en grootte van de laatste.

Controleer het resultaat

Je ziet in Chats > Back-up de tijd van vandaag en de grootte van de laatste back-up, en je weet in welke account en met welk nummer die staat.

Als iets niet zoals verwacht verloopt

Om te herstellen heb je hetzelfde telefoonnummer en dezelfde account (Google of iCloud) van de back-up nodig. Een back-up ouder dan 120 dagen wordt misschien niet meer hersteld: houd automatische back-ups aan.

WhatsApp: back-up van je chats · WhatsApp: chatgeschiedenis herstellen

In de complete kit

Deze proefversie heeft 2 van de 8 taken. De andere 6 dekken de back-ups van de iPhone, van Android en van de foto's, met de namen van de knoppen en wat je bij elke stap moet bevestigen:

01 Weten wat wel en niet beschermd is

Het verschil tussen synchroniseren en back-uppen, en de kaart van wat alleen op je telefoon staat.

03 De back-up van de iPhone op de computer

De versleutelde back-up op de Mac of de PC, wat deze alleen bewaart en het wachtwoord zonder welke de back-up niet werkt.

04 De back-up van Android en Galaxy

Het juiste pad in Instellingen, de bevestiging "Ingeschakeld" en wat de Google-backup weglat.

05 Foto's en video's in de cloud

Synchroniseren zonder de originele bestanden te verliezen en wat elke Google Foto's-backup-status betekent.

07 Een tweede kopie van je foto's op de computer

Foto's van de iPhone of Android naar de Mac of PC overzetten, en het formaat dat Windows opent.

08 Bevestigen dat de kopies bestaan en openen

De back-ups openen zonder de telefoon te wissen, en de maandelijkse routine die ze up-to-date houdt.

Complete kit: 4,90 €, btw inbegrepen. Bevat de gids, de controlelijst en het werkblad, met bewerkbare versie in de browser.

https://ioutlet.nl/recursos-digitais/copias-de-seguranca/