Voorbeeld / A08

Ruimte vrijmaken op je telefoon

Gratis: twee van de acht taken, compleet

Voor wie de melding 'opslag vol' ziet op de iPhone of Android en niet zomaar dingen wil verwijderen. Elke taak legt uit wat er verloren gaat per knop, waar je het kunt terugvinden en hoeveel dagen je daarvoor hebt.

Je telefoon geladen of op de lader, de ontgrendelcode, Wi-Fi en toegang tot je accounts (Apple, Google of Samsung). Voor taak 07 een computer en een datakabel, of ruimte in de cloud, wat apart geld kan kosten. Sommige Android-opties bestaan pas vanaf Android 14 of 15.

Inbegrepen in de volledige handleiding

01 Zien wat de ruimte inneemt en back-ups controleren (in dit voorbeeld)
02 Foto's en video's zonder er een te verliezen
03 WhatsApp: grote bestanden en automatische downloads (in dit voorbeeld)
04 Apps: verwijderen zonder data te verliezen
05 Berichten, bijlagen en gedownloade video's
06 Downloads, bestanden en de browser
07 Foto's en bestanden naar de computer of de cloud brengen
08 Een routine zodat het niet weer vol raakt

De knopnamen volgen de officiële Nederlandse pagina's, geraadpleegd in november 2026: op de iPhone iOS 27; op de Samsung-pagina de versie van 2021. Ze kunnen verschillen per model, merk en systeemversie; als je er een niet vindt, gebruik de zoekfunctie in Instellingen of open de officiële bron die in de taak staat.

Taak 01

Zien wat de ruimte inneemt en back-ups controleren

Weten wat de telefoon volmaakt en een recente back-up hebben voordat je iets verwijdert.

01 iPhone: open Instellingen, tik op “Algemeen” en “iPhone-opslag”. Bovenin zie je de beschikbare ruimte; eronder de aanbevelingen en de lijst met apps, elk met de hoeveelheid ruimte die het inneemt. Safari-downloads en wat in “Op mijn iPhone” staat in de app Bestanden, tellen mee bij de apps. Noteer de drie categorieën of apps die het meest innemen.

02 Android: open Instellingen, tik op “Opslag” en kies een categorie om te zien wat er plaats inneemt.

03 Voordat je verwijdert, bevestig de back-ups en noteer de data. iPhone: Instellingen, jouw naam, iCloud, “iCloud-reservekopie”; de datum en tijd van de meest recente back-up staan bij “Nu back-up maken”. Met iCloud-foto's zitten de foto's niet in deze back-up: ze zijn gesynchroniseerd, en een foto verwijderen op de iPhone verwijdert hem overal. Google Foto's: de status “Back-up voltooid”. WhatsApp: Instellingen, Gesprekken, Back-up.

Controleer het resultaat

Je hebt op het blad de beschikbare ruimte, de drie categorieën of apps die het meest innemen en de data van de back-ups van de telefoon, de foto's en WhatsApp.

Als iets niet zoals verwacht verloopt

Als een back-up geen recente datum heeft, verwijder dan niets voordat je hem hebt gemaakt: de iOutlet-kit “Back-ups die werken”, apart verkrijgbaar, heeft de stappen. Met een volle cloud lukt de back-up niet (taak 07). Op de iPhone verwijdert het systeem zelf cache- en tijdelijke bestanden als ruimte nodig is: jij hoeft ze niet te verwijderen.

Apple: opslag beheren op de iPhone · Apple: opslag controleren op de iPhone · Google: opslag vrijmaken op Android · Apple: back-up maken in iCloud · Google: back-up in Google Foto's (Android) · WhatsApp: opslagruimte vrijmaken

Taak 03

WhatsApp: grote bestanden en automatische downloads

De ruimte die WhatsApp inneemt vrijmaken zonder de gesprekken die je wilt bewaren te verwijderen.

01 Eerst, wat je verliest. Een bestand in WhatsApp verwijderen is permanent: je kunt het niet meer downloaden uit het gesprek en het verdwijnt uit de back-up bij de volgende back-up. Het verdwijnt alleen voor jou; de anderen zien het nog steeds. Het zien in de galerie is niet genoeg, want het kan hetzelfde bestand zijn. Als een foto of video belangrijk is, bewaar dan eerst een kopie buiten WhatsApp (Google Foto's, iCloud of computer), open het daar en verwijder het pas daarna. Als het vraagt of je het ook uit de galerie van het apparaat wilt verwijderen, laat die optie uitgeschakeld.

02 Open WhatsApp. Android: Instellingen, “Opslag en data”, “Opslag beheren”. iPhone: tik op je profielfoto, “Opslag en data”, “Opslag beheren”. Bovenin zie je hoeveel ruimte WhatsApp op de telefoon inneemt.

03 Om te zien wat zwaar weegt in een gesprek: open het, tik op de naam en op “Opslag beheren”. De bestanden staan van groot naar klein. Verwijder alleen wat je niet meer wilt.

04 In “Opslag en data”, in de sectie “Bestanden automatisch downloaden”, kies wat er automatisch wordt gedownload. iPhone: voor elk type “Nooit” of “Wifi”. Android: vink de typen uit onder “Bij gebruik van mobiele data”, “Bij gebruik van wifi” en “Bij dataroaming”. Wat niet wordt gedownload, blijft in het gesprek staan tot je erop tikt.

Controleer het resultaat

De ruimte bovenaan in “Opslag beheren” is gedaald, de gesprekken die je wou bewaren zijn er nog en de automatische download staat zoals je hem ingesteld hebt.

Als iets niet zoals verwacht verloopt

Als de telefoon bijna vol zit, kan WhatsApp niet meer goed werken. Verwijder de WhatsApp-back-up niet om ruimte te maken: die is permanent en je hebt hem nodig om gesprekken te herstellen.

WhatsApp: opslagruimte vrijmaken · WhatsApp: automatische download instellen

In de complete kit

Deze proefversie bevat 2 van de 8 taken. De andere 6 gaan over foto's, apps, berichten, downloads, de cloud en de maandelijkse routine, met wat je verliest bij elke knop en de termijnen om dingen te herstellen:

02 Foto's en video's zonder er een te verliezen

Optimaliseren op de iPhone, ruimte vrijmaken met Google Foto's zonder de originelen te verliezen en de tabel wat elke manier van verwijderen meeneemt.

04 Apps: verwijderen zonder data te verliezen

De drie manieren om een app te “verwijderen” op de iPhone, het archiveren van apps op Android en het verschil tussen cache wissen en opslag wissen.

05 Berichten, bijlagen en gedownloade video's

Bijlagen uit een gesprek wissen zonder het gesprek te wissen, de 30 dagen van “Recent verwijderd” en de optie die oude berichten automatisch wist.

06 Downloads, bestanden en de browser

De downloadsmap van de iPhone, de opschoonkaarten van Files by Google en het Chrome-vinkje dat je niet moet aanzetten.

07 Foto's en bestanden naar de computer of de cloud brengen

Foto's naar de computer overzetten, controleren dat ze openen voordat je verwijdert, en wat er gebeurt als iCloud of het Google-account vol raakt.

08 Een routine zodat het niet weer vol raakt

De automatische hulpmiddelen van iPhone, Android en WhatsApp, en een maandelijkse check met het blad.

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

https://ioutlet.nl/recursos-digitales/liberar-espacio-movil/