Voorbeeld / A07

De telefoon van een oudere instellen

Gratis: twee van de acht taken, compleet

Voor wie de iPhone of Android van een vader, moeder, grootouder of andere oudere familielid gaat voorbereiden, met de persoon erbij. Elke taak heeft de namen van de knoppen die je op het scherm ziet en een manier om te checken of het werkt.

De mobiel van de persoon, opgeladen en verbonden met Wi-Fi, en de persoon zelf aanwezig. De ontgrendelcode en toegang tot diens Apple Account of Google-account, die de persoon zelf invult. Diens actieve mobielnummer, voor WhatsApp. Rustig tijd, liefst in twee sessies, en het oefeningenblad afgedrukt.

Inbegrepen in de volledige handleiding

01 Voordat je begint: wat de persoon wil en diens accounts
02 Grotere letters en een simpeler scherm (in deze proef)
03 Bellen: contacten, favorieten en gehoor
04 Nood: SOS, medische gegevens en contacten (in deze proef)
05 WhatsApp en videobellen met de familie
06 Beveiliging: code, updates en fraude
07 Hulp op afstand, met toestemming
08 Oefenen en overdragen

De knopnamen volgen de officiële Nederlandse pagina's, geraadpleegd in november 2026: op de iPhone, iOS 27 (voor Toegankelijkheidsshortcut, iOS 26, de recentste handleidingversie); op de Samsung-pagina, een versie uit 2022. 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 02

Grotere letters en een simpeler scherm

Pas aan wat je leest en wat er verschijnt, tot je moeiteloos kunt lezen.

01 iPhone: Instellingen, “Scherm en helderheid”, “Tekstgrootte”, en sleep de schuifregelaar. In “Scherm en helderheid” zet je ook “Vette tekst” aan. Als dat nog niet genoeg is, ga naar “Toegankelijkheid”, “Weergave en tekstgrootte” en sleep de schuifregelaar van “Weergavegrootte” naar rechts: alles wordt groter, niet alleen de tekst. Meer opties vind je in “Toegankelijkheid”, “Weergave en tekstgrootte”.

02 Android: open Instellingen en zoek “Tekstgrootte”; sleep de schuifregelaar. Doe hetzelfde met “Weergavegrootte”, die de rest van het scherm vergroot. In “Toegankelijkheid”, “Weergave en tekstgrootte”, zet je “Vette tekst” aan.

03 Rangschik samen het startscherm: laat alleen de apps uit de lijst van taak 01 zien en zet de rest in een map of op een andere pagina. Vraag altijd eerst voordat je een app verplaatst die de persoon al kent.

04 Als iemand een cognitieve beperking heeft en de standaard-iPhone verwarrend vindt, is er hulpbedieningstoegang: een aparte ervaring met grotere onderdelen en alleen de apps die jullie kiezen. Die staat in Instellingen, “Toegankelijkheid”, “Hulpbedieningstoegang”, “Configureer hulpbedieningstoegang” en vraagt een eigen toegangscode. Om te stoppen, druk je drie keer op de zijknop (of de thuisknop), tik je op “Stop hulpbedieningstoegang” en voer je die toegangscode in.

Controleer het resultaat

De persoon leest een bericht en de naam van een contact zonder de telefoon naar het gezicht te brengen en vindt de apps uit de lijst zelf.

Als iets niet zoals verwacht verloopt

Sommige apps gebruiken niet de systeem-lettergrootte. Hulpbedieningstoegang kies je samen met de persoon, niet voor de persoon. Maak het Apple-account voor herstel aan dat de configuratie voorstelt: zonder dat account moet je de iPhone resetten als je de toegangscode voor hulpbedieningstoegang vergeet.

Apple: scherm- en tekstinstellingen van de iPhone aanpassen · Google: tekst- en weergave-instellingen op Android · Apple: toegankelijkheidsmodus configureren op de iPhone

Taak 04

Nood: SOS, medische gegevens en contacten

Het verzoek om hulp klaarzetten en de essentiële info zichtbaar maken voor hulpverleners.

01 iPhone, medische gegevens: in de app Gezondheid tik je op je foto, op “Medische gegevens” en op “Aan de slag” of “Bewerken”. Vul alleen in wat je wilt delen. Bij “SOS-contactpersonen” tik je op “Voeg SOS-contactpersoon toe”. Aan het einde zet je “Toon bij vergrendeling” aan.

02 iPhone, SOS: leg de gebaar uit zonder het te testen: houd de zijknop en een volumeknop ingedrukt tot de aftelling klaar is. In Instellingen, “SOS-noodmelding”, “Bel met vijfmaal drukken” is optioneel: bespreek het samen, want per ongeluk vaker op de zijknop drukken start ook de aftelling. Daarna stuurt de iPhone de locatie naar de noodcontacten, tenzij je het annuleert.

03 Android: op een Galaxy, in Instellingen, “Beveiliging en nood”, vul “Medische gegevens” en “Noodcontacten” in en zet “Weergeven op vergrendeld scherm” aan. Op andere Android-toestellen, in de app Veiligheid, “Jouw gegevens”, vul hetzelfde in en zet in “Toegang tot noodinformatie” “Weergeven wanneer vergrendeld” aan. De 5 keer op de aan/uit-knop: op een Galaxy is dat de Samsung-functie “Noodoproep SOS”, die al aan kan staan; op andere toestellen “Noodoproep SOS”, “Instellingen starten”, met “Ingedrukt houden om acties te starten”, wat om bevestiging vraagt voordat er gebeld wordt.

04 Met het toestel vergrendeld, laat zien waar de info staat: op de iPhone “Noodoproep” en “Medische gegevens” op het code-scherm; op een Galaxy “Noodoproep” en “Medische gegevens bekijken”; op andere Android “Noodoproep” en “Noodinformatie bekijken”. In Nederland, net als in heel Europa, is het noodnummer 112.

Controleer het resultaat

De medische gegevens zijn zichtbaar met vergrendeld scherm, er is een noodcontact en je kunt in eigen woorden uitleggen hoe je hulp roept.

Als iets niet zoals verwacht verloopt

Test niet door 112 te bellen. Als er per ongeluk een oproep gaat, leg niet op: leg uit dat de persoon geen hulp nodig heeft. Deze gegevens ziet iedereen die het vergrendelde toestel oppakt. De Android-noodoproep werkt niet in vliegtuigmodus noch met batterijbesparing.

Apple: medische gegevens instellen · Apple: SOS-noodoproep op de iPhone · Samsung: noodcontacten en medische gegevens · Google: hulp bij een noodgeval met Android

In de complete kit

Deze proefversie bevat 2 van de 8 taken. De andere 6 bereiden de accounts, bellen, WhatsApp, beveiliging en hulp op afstand voor, en eindigen met een oefensessie die jij zelf doet:

01 Voordat je begint: wat de persoon wil en diens accounts

De vragen vóór de instellingen, de account die van de persoon moet zijn en wat je met de ontgrendelcode doet.

03 Bellen: contacten, favorieten en gehoor

Contacten met duidelijke namen, favorieten, hoortoestellen gekoppeld aan de telefoon en een oefensessie om een oproep aan te nemen.

05 WhatsApp en videobellen met de familie

WhatsApp installeren en registreren, de eerste videogesprek maken en beantwoorden en groepen dempen zonder de familie kwijt te raken.

06 Beveiliging: code, updates en fraude

Een code die je kent, automatische updates, de regel die fraude stopt en de contacten die je opslaat vóór elke filter.

07 Hulp op afstand, met toestemming

De verdwenen telefoon die je terugvindt, locatie delen alleen met akkoord en schermdelen waarmee je op afstand kunt begeleiden.

08 Oefenen en overdragen

Een oefensessie waarin je alles zelf doet, de papieren hulplap, de medicijnherinneringen en wat er een week later bekeken wordt.

Complete kit: € 4,90, inclusief btw. Bevat de gids, de checklist en de hulplap, met een bewerkbare versie in de browser.

https://ioutlet.pt/recursos-digitais/telemovel-idoso/