Campione / F04

Backup che funzionano

Gratis: due delle otto attività, complete

Per chi ha foto, chat e contatti su iPhone o Android e non vuole perderli se il telefono si rompe, viene rubato o deve essere ripristinato.

Il telefono, il codice di sblocco, il Wi-Fi e l'accesso ai tuoi account (Apple, Google o Samsung). Per le attività 03 e 07, un computer (Mac o Windows) e un cavo dati. Un disco esterno è facoltativo. Se ti serve più spazio nel cloud, si paga a parte.

Incluso nella guida completa

01 Sapere cosa è protetto e cosa no
02 Il backup dell'iPhone su iCloud (in questa anteprima)
03 Il backup dell'iPhone sul computer
04 Il backup di Android e Galaxy
05 Foto e video nel cloud
06 Le chat di WhatsApp (in questa anteprima)
07 Un secondo backup delle foto sul computer
08 Confermare che i backup esistono e si aprono

I nomi dei pulsanti seguono le pagine ufficiali in italiano, consultate a novembre 2026. Possono cambiare con il modello e la versione del sistema; se non ne trovi uno, apri la fonte ufficiale indicata nell'attività.

Compito 02

Il backup dell'iPhone su iCloud

Avere un backup automatico e sapere la data dell'ultimo.

01 Collega l'iPhone a una rete Wi-Fi. Apri Impostazioni, tocca il tuo nome, poi iCloud e poi Backup iCloud.

02 Verifica che «Esegui il backup di iPhone» sia attivo. Il backup automatico si fa con l'iPhone collegato alla corrente, al Wi-Fi e con lo schermo bloccato: lascialo così durante la notte.

03 Tocca «Esegui il backup adesso» e mantieni il Wi-Fi finché non finisce. La data e l'ora del backup più recente appaiono accanto a quel pulsante: scrivile sul foglio.

04 Se appare l'avviso di spazio insufficiente, guarda prima cosa occupa spazio. In Impostazioni > [il tuo nome] > iCloud, tocca Spazio o Gestisci spazio account, poi Backup e il nome dell'iPhone. Attenzione: disattivare un'app rimuove da iCloud il suo backup. Fallo solo con app i cui dati non vuoi conservare; poi decidi se ti serve più spazio.

Conferma il risultato

La data dell'ultimo backup, accanto a «Esegui il backup adesso», è quella di oggi.

Se qualcosa non va come previsto

Se la data non cambia da un giorno all'altro, manca una delle tre condizioni (corrente, Wi-Fi, schermo bloccato) o manca spazio su iCloud. Se usi Foto di iCloud, le foto non sono in questo backup: le gestisci nelle attività 05 e 07.

Apple: backup su iCloud · Apple: gestire lo spazio su iCloud · Apple: cosa include il backup su iCloud

Compito 06

Le chat di WhatsApp

Avere un backup recente delle chat e sapere cosa può cancellarlo.

01 Se ti mancano chat sul telefono, fermati qui: non creare un backup né lasciare girare quello automatico, perché il nuovo sostituisce il vecchio. Il tuo account Google salva solo un backup per numero di telefono. Ripristina prima (fonte ufficiale in fondo alla pagina).

02 Android: tocca «Esegui backup» e scegli l'Account Google. iPhone: tocca «Esegui backup adesso»; il backup va su iCloud. Ti serve spazio libero sul telefono e sull'account. Se in Backup nel cloud ti appare già l'opzione WhatsApp (l'archiviazione cloud di WhatsApp, non ancora disponibile per tutti), quel backup è sempre crittografato end-to-end; su iPhone, sceglierlo vuol dire che non c'è più il backup di WhatsApp su iCloud.

03 Scegli la frequenza dei backup automatici: giornaliero, settimanale o mensile. Se i video delle chat ti interessano, attiva «Includi video nelle chat» (su iPhone, «Includi i video nelle chat»).

04 Se attivi il backup crittografato end-to-end (Chat > Backup delle chat > Backup crittografato end-to-end), salva la password o la chiave di crittografia a 64 cifre fuori dal telefono. È l'unico modo per aprire il backup.

05 WhatsApp fa il suo backup, separato da quello del telefono. Apri WhatsApp e vai in Impostazioni > Chat > Backup delle chat. Se le chat hanno un backup, vedi l'ora e le dimensioni dell'ultimo.

Conferma il risultato

Vedi, in Chat > Backup delle chat, l'ora di oggi e le dimensioni dell'ultimo backup, e sai in quale account e con quale numero sta.

Se qualcosa non va come previsto

Per ripristinare, ti servono lo stesso numero di telefono e lo stesso account (Google o iCloud) del backup. Un backup più vecchio di 120 giorni potrebbe non essere ripristinabile: tieni attivi i backup automatici.

WhatsApp: backup delle chat · WhatsApp: ripristinare la cronologia delle chat

Nel kit completo

Questa anteprima contiene 2 delle 8 attività. Le altre 6 coprono i backup di iPhone, Android e foto, con i nomi dei pulsanti e cosa verificare a ogni passo:

01 Sapere cosa è protetto e cosa no

La differenza tra sincronizzare e fare backup, e la mappa di ciò che esiste solo sul tuo telefono.

03 Il backup dell'iPhone sul computer

Il backup cifrato su Mac o PC, cosa contiene solo questo backup e la password senza la quale non serve.

04 Il backup di Android e Galaxy

Il percorso giusto in Impostazioni, la conferma «On» e cosa lascia fuori il backup di Google.

05 Foto e video nel cloud

Sincronizzare senza perdere gli originali e cosa vuol dire ogni stato del backup di Google Foto.

07 Un secondo backup delle foto sul computer

Passare le foto dall'iPhone o dall'Android al Mac o al PC, e il formato che Windows apre.

08 Confermare che i backup esistono e si aprono

Aprire i backup senza cancellare il telefono, e la routine mensile che li tiene aggiornati.

Kit completo: 4,90 €, IVA inclusa. Include la guida, la lista di verifica e il foglio di registrazione, con versione modificabile nel browser.

https://ioutlet.it/risorse-digitali/backup-che-funzionano/