Fiche Pratique N°19d (Android) : Sauvegardez vos données localement – Guide complet pour Android V1.1

7 nov, 2026 · @Gabriel

Objectif : *Sauvegarder vos photos, contacts, SMS et fichiers de votre téléphone Android* ***sans Google Drive ni Google Photos****.*

- ***Public visé :*** *Débutant à Intermédiaire (utilisateurs Android)*
- ***Temps estimé :*** *20 à 40 minutes*
- ***Difficulté :*** *★★☆☆☆ (Facile)*
- ***Prérequis :*** *un ordinateur (Windows, macOS ou Linux) et un câble USB ; éventuellement une carte microSD*
- ***Fiches associées :*** *N°19a (Linux Mint), N°19b (Windows), N°19c (macOS), N°15 (messageries)*

1. Pourquoi quitter Google Drive / Google Photos ? (Le problème)

Problème	Explication
Google Photos analyse vos photos	Reconnaissance des visages, des lieux et des objets pour ses fonctions de recherche et de tri.
Serveurs américains	Données soumises au Cloud Act.
Abonnement	Au-delà de 15 Go (partagés entre Drive, Gmail et Photos), il faut payer.
Dépendance au compte	Si votre compte Google est bloqué, vous perdez l'accès à vos photos.

Le bénéfice : vos photos et fichiers restent chez vous, sans abonnement.

2. Ce qu'il faut sauvegarder sur Android

Donnée	Importance	Emplacement
Photos et vidéos	Critique	/DCIM/Camera/
Captures d'écran	Moyenne	/Pictures/Screenshots/ (ou /DCIM/Screenshots/ selon les marques)
Téléchargements	Moyenne	/Download/
Contacts	Critique	Compte Google ou téléphone (à exporter en .vcf)
SMS / MMS	Moyenne	Application d'export
Données des applications	Variable	/Android/data/ (accès restreint depuis Android 11)

Note : depuis Android 11, l'accès au dossier /Android/data/ est restreint. Les données de jeux et d'applications sont difficiles à sauvegarder sans le service de Google. Cette fiche se concentre sur l'essentiel : photos, contacts, SMS, fichiers.

gabriel.ananda@mailo.com
CC BY SA

Fiche Pratique N°19d (Android) : Sauvegardez vos données localement – Guide complet pour Android V1.1

3. Méthode A : Sauvegarde manuelle par câble USB (recommandée pour tous)

Pourquoi ? Aucun cloud, contrôle total, gratuit.

Comment faire ? (Pas à pas)

Étape 1 : Branchez le téléphone à l'ordinateur

1. Utilisez un câble USB capable de transférer des données.
2. Déverrouillez le téléphone et touchez la notification USB.
3. Choisissez **Transfert de fichiers** (MTP).
    - Vous devez voir : le téléphone apparaître sur l'ordinateur.

Étape 2 : Ouvrez la mémoire du téléphone

Ordinateur	Action
Windows	**Ce PC** → votre téléphone → **Mémoire de stockage interne**
Linux Mint	Le téléphone apparaît dans le gestionnaire de fichiers (Nemo)
macOS	Installez **OpenMTP** (gratuit, open source) ; l'ancienne application Android File Transfer de Google est moins fiable

Étape 3 : Copiez les dossiers importants

Dossier du téléphone	Contenu	Destination (exemple)
DCIM/Camera/	Photos et vidéos	Sauvegardes/Téléphone/Photos
Pictures/Screenshots/	Captures d'écran	Sauvegardes/Téléphone/Captures
Download/	Téléchargements	Sauvegardes/Téléphone/Téléchargements
Documents/	Documents	Sauvegardes/Téléphone/Documents

Glissez-déposez chaque dossier (copiez, ne déplacez pas).

Étape 4 : Exportez vos contacts

Avec l'application **Contacts** de Google :

1. Ouvrez **Contacts** → menu de gestion des contacts (**Corriger et gérer**) → **Exporter dans un fichier**.
2. Choisissez le compte, puis enregistrez le fichier **.vcf** (dossier Téléchargements).
    - Vous devez voir : un fichier contacts.vcf.
3. Copiez-le sur l'ordinateur (étape 3).

Sans Google : Fossify Contacts (F-Droid, open source) exporte aussi en .vcf.

gabriel.ananda@mailo.com
CC BY SA

Fiche Pratique N°19d (Android) : Sauvegardez vos données localement – Guide complet pour Android V1.1

⚠️ Évitez **Simple Contacts** : la suite Simple Mobile Tools a été rachetée par ZipoApps fin 2023 (publicité, traceurs possibles) ; Fossify en est la continuation libre.

Étape 5 : Sauvegardez vos SMS / MMS

Application recommandée : **SMS Import / Export** (gratuite, open source, sur F-Droid).

1. Installez **SMS Import / Export** depuis F-Droid.
2. Ouvrez-la → accordez les autorisations demandées (SMS, contacts).
3. Choisissez **Exporter** les messages (et, si vous voulez, le journal d'appels).
4. Choisissez un dossier de la mémoire interne.
    - Vous devez voir : un fichier d'export daté.
5. **Copiez ce fichier sur votre ordinateur.**

Restauration : sur le nouveau téléphone, installez la même application, copiez le fichier, puis **Importer** (l'application doit être temporairement l'application SMS par défaut).

Alternative propriétaire : SMS Backup & Restore (SyncTech) fonctionne bien, mais n'est pas open source.

Fréquence : une fois par mois, ou avant un voyage.

4. Méthode B : Carte microSD (si votre téléphone en a une)

1. Insérez une carte microSD (32 à 256 Go, classe U1 ou U3).
2. Avec l'application **Fichiers** : ouvrez **DCIM/Camera/**, sélectionnez les fichiers → **Copier** → **Carte SD**.
3. Copiez régulièrement la carte sur un ordinateur ou un disque externe.

Avantage : pas besoin d'ordinateur au quotidien.

Inconvénients : une carte microSD peut tomber en panne et s'use ; ce n'est pas une sauvegarde définitive. ⚠️ Préférez **copier** plutôt que **déplacer** : sinon, vos photos n'existent toujours qu'en un seul exemplaire.

5. Méthode C : Synchronisation automatique avec Syncthing (photos)

Pourquoi Syncthing ?

- **Automatique** dès que le téléphone et l'ordinateur sont connectés.
- **Pair-à-pair** : aucun cloud, aucun compte.
- **Chiffré** pendant le transfert.
- **Open source**.

⚠️ L'application Android officielle de Syncthing a été **arrêtée fin 2024**. Utilisez **Syncthing-Fork**, version communautaire maintenue, sur **F-Droid**.

gabriel.ananda@mailo.com
CC BY SA

Fiche Pratique N°19d (Android) : Sauvegardez vos données localement – Guide complet pour Android V1.1

Comment faire ? (Pas à pas)

1. **Sur l'ordinateur**, installez Syncthing :
    - Windows / macOS : **syncthing.net** (ou une interface comme SyncTrayzor sous Windows).
    - Linux Mint : **sudo apt install syncthing**, puis lancez « Syncthing » depuis le menu.
    - Vous devez voir : l'interface web sur **http://127.0.0.1:8384**.
2. **Sur Android**, installez **Syncthing-Fork** depuis F-Droid et lancez-le.
3. **Appairez les appareils :**
    - Dans l'application Android, affichez l'**ID de l'appareil** (QR code).
    - Sur l'ordinateur : **Ajouter un appareil** → saisissez cet ID (ou l'inverse en scannant le QR code de l'ordinateur avec le téléphone).
    - Acceptez la demande sur l'autre appareil.
    - Vous devez voir : chaque appareil listé chez l'autre.
4. **Partagez le dossier photos :**
    - Sur Android : **+** → **Dossier** → choisissez **DCIM/Camera/**.
    - Type de dossier : **Envoi seulement** (le téléphone envoie, l'ordinateur ne renvoie rien).
    - Cochez votre ordinateur → **Enregistrer**.
5. **Sur l'ordinateur :** acceptez le dossier partagé, choisissez où l'enregistrer, et réglez-le en **Réception seulement**.
6. **Vérifiez :** prenez une photo ; elle doit apparaître sur l'ordinateur peu après.

⚠️ Syncthing **synchronise** : si vous supprimez une photo du téléphone, elle peut être supprimée sur l'ordinateur. Activez le **versionnage** du dossier sur l'ordinateur (**Corbeille simple**) ou copiez régulièrement le dossier ailleurs.

Inconvénients : l'ordinateur doit être allumé avec Syncthing lancé.

6. Tableau récapitulatif des méthodes pour Android

Méthode	Automatique	Ordinateur requis	Données	Facilité
Câble USB	❌	✅	Photos, fichiers, contacts, SMS	★★★★★
Carte microSD	❌	❌ (au quotidien)	Photos, fichiers	★★★★☆
Syncthing	✅	✅	Photos surtout	★★★☆☆

7. À savoir avant de se lancer (Android)

Crainte fréquente	La réalité
« Je perds mes contacts si je quitte Google. »	Exportez-les en .vcf **avant** de désactiver la synchronisation Google.

gabriel.ananda@mailo.com
CC BY SA

Fiche Pratique N°19d (Android) : Sauvegardez vos données localement – Guide complet pour Android V1.1

Crainte fréquente	La réalité
« Je ne peux pas sauvegarder mes applications. »	C'est vrai sans le service de Google. Les jeux en ligne gardent souvent votre progression sur leurs serveurs.
« Syncthing, c'est compliqué. »	La configuration prend 10 à 15 minutes ; ensuite, c'est automatique.
« Et WhatsApp ? »	Sa sauvegarde passe par Google Drive. Vous pouvez exporter une conversation (⋮ › **Plus** › **Exporter la discussion**). Pour quitter WhatsApp, voir la fiche N°15.
« Comment arrêter la sauvegarde Google Photos ? »	Google Photos → photo de profil → **Paramètres de Photos** → **Sauvegarde** → désactivez-la.

8. Plan de sauvegarde recommandé pour Android

Fréquence	Action	Outil	Destination
Continue	Photos et vidéos	Syncthing-Fork	Ordinateur
Mensuelle	Contacts, SMS, fichiers	Câble USB	Ordinateur
Mensuelle	Copie de l'ordinateur	Voir fiches N°19a à N°19c	Disque dur externe

9. Challenge 7 jours (Android)

- **Jour 1 :** branchez votre téléphone et copiez **DCIM/Camera/** sur l'ordinateur.
- **Jour 2 :** exportez vos contacts en .vcf.
- **Jour 3 :** installez SMS Import / Export et exportez vos SMS.
- **Jour 4 :** installez Syncthing sur l'ordinateur.
- **Jour 5 :** installez Syncthing-Fork et appairez les appareils.
- **Jour 6 :** partagez le dossier photos en « Envoi seulement ».
- **Jour 7 :** désactivez la sauvegarde Google Photos.

Vous allez constater : vos photos arrivent seules sur votre ordinateur, sans cloud.

10. En résumé (Android)

Action	Gagné	Renvoi
Copie USB mensuelle	Sauvegarde simple, gratuite	§ 3
Syncthing-Fork	Photos copiées automatiquement chez vous	§ 5
Export des contacts (.vcf)	Carnet d'adresses sauvegardé	§ 3

gabriel.ananda@mailo.com
CC BY SA

Fiche Pratique N°19d (Android) : Sauvegardez vos données localement – Guide complet pour Android V1.1

Action	Gagné	Renvoi
SMS Import / Export	SMS et MMS sauvegardés, avec une application libre	§ 3
Carte microSD	Copie sans ordinateur	§ 4

À retenir absolument

- **Désactivez la sauvegarde Google Photos** une fois votre propre sauvegarde en place.
- **Exportez vos contacts** (.vcf) avant de quitter Google.
- **SMS Import / Export** (libre) pour les SMS ; **Syncthing-Fork** pour les photos.
- Une copie sur le téléphone n'est pas une sauvegarde : copiez sur l'ordinateur, puis sur un disque externe.

Test final :

1. Copiez **DCIM/Camera/** sur votre ordinateur.
2. Exportez vos contacts et copiez le fichier .vcf.
3. Exportez vos SMS et copiez le fichier.
4. Copiez une photo depuis l'ordinateur vers le téléphone et ouvrez-la.
5. Si tout fonctionne : **vos données Android sont sauvegardées** ✅

Références

- AlternativeTo – Arrêt de l'application Android officielle de Syncthing, Syncthing-Fork disponible
- Syncthing – site officiel
- AlternativeTo – Alternatives libres à SMS Backup & Restore (SMS Import / Export)
- Liliputing – Simple Mobile Tools racheté par ZipoApps
- Liliputing – Fossify reprend les applications Simple Mobile Tools
- AlternativeTo – OpenMTP (open source, licence MIT)

gabriel.ananda@mailo.com
CC BY SA