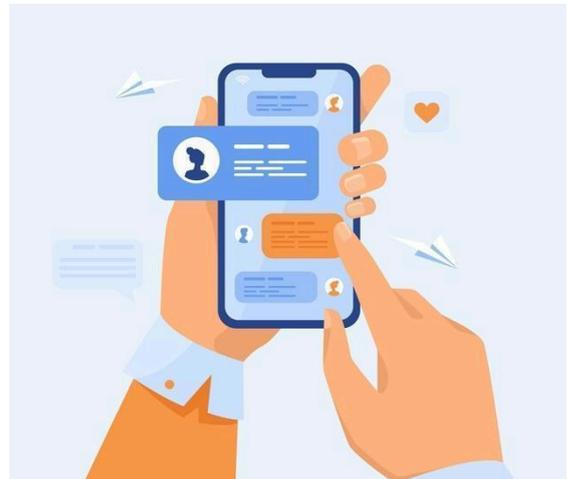


Anleitung

Smartphone und Tablet aufräumen

Die Auswirkungen von Daten auf meinem Smartphone verstehen

Die Anwendungen, die du nicht mehr verwendest, verbrauchen immer noch Speicher, Strom und Bandbreite. Wenn du sie löschst, kann dein Smartphone oder Tablet an Leistung gewinnen. Es wird empfohlen, mindestens 1 GB freien Speicherplatz zu behalten, um das ordnungsgemäße Funktionieren deines Systems zu gewährleisten.



Darüber hinaus sind Instant-Messaging-Anwendungen wie Messenger oder WhatsApp auf unserem Smartphone nicht mehr wegzudenken. Auch sie beanspruchen Speicherplatz, vor allem wenn die Nachrichten Anhänge enthalten. Es ist jedoch nicht notwendig, den gesamten Gesprächsverlauf, Spam, Werbung usw. zu speichern

Weißt du, wie viele Nachrichten pro Tag weltweit über WhatsApp verschickt werden?

Etwa 100 Milliarden!

Das ist ungefähr so viel wie die Anzahl der Nachrichten, die in der Silvesternacht 2019 über die App verschickt wurden. ([Quelle](#))

Miss deinen Erfolg

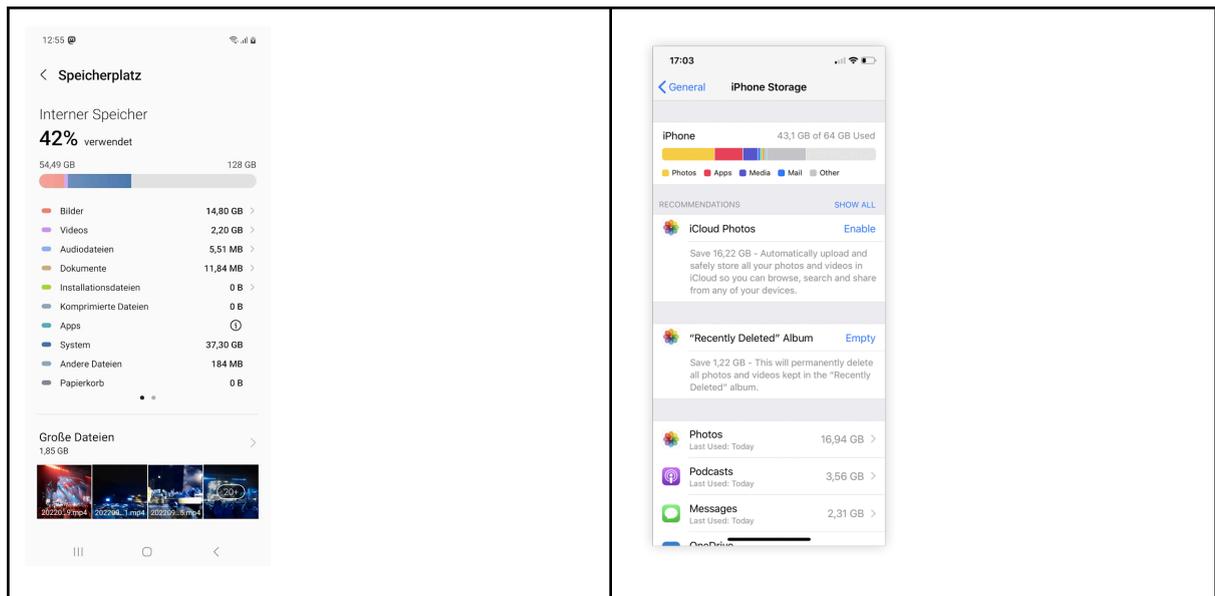
Um den aktuellen Umfang der auf deinem Smartphone gespeicherten Daten zu messen, suche die Informationen unter "Parameter" > "Speicher". **Notiere sie, um die Auswirkungen deines Aufräumens zu messen und deine Bemühungen später mit anderen teilen zu können.**

Unter Android

Gehe zu "Einstellungen" > "Speicher".

Auf dem iPhone

Gehe zu "Einstellungen" > "Allgemein" > "iPhone-Speicher".



Jetzt, da du den Umfang deiner Daten kennst, **bist du bereit zu handeln!**

Lege los!

Aufräumen des digitalen Mülls: Schritt für Schritt

#1 Wähle die Anwendungen aus und lösche sie

Wähle die Anwendungen aus, die du nicht mehr verwendest, die du vergessen hast oder die du nur ein paar Mal benutzt hast. Die Wahrscheinlichkeit, dass du sie wieder verwendest, ist zu gering, also lösche sie. Du kannst auch mehrere Anwendungen mit der gleichen Funktion haben: Behalte die Anwendung, die du am häufigsten benutzt.

Gehe bei Android und iPhone zu "Einstellungen" > "Anwendungen", um die Liste der installierten Anwendungen aufzurufen. Klicke auf die Anwendung, die du löschen möchtest, und dann auf "Deinstallieren".

#2 Leere deinen Cache

Der Cache-Speicher besteht aus temporären Dateien, d. h. aus Daten, die gespeichert werden, damit deine Anwendungen schneller arbeiten können. Sie können jedoch Speicherplatz beanspruchen und das System verlangsamen. Denke daher daran, den **Cache-Speicher** deiner Anwendungen zu **leeren**.

Um alle temporären Dateien zu löschen, gehe zu "Einstellungen" > "Speicher" > "Freier Speicher" und wähle "Spam-Dateien löschen" oder eine andere Kategorie.

Je nach Smartphone-Modell findest du diese Informationen unter Einstellungen>Speicher>Reiniger> Klicke auf die Schaltfläche "Clean xxx Mo".

#3 Dateien auswählen und löschen

Wenn du dein Smartphone oft bei dir hast, ist es sicherlich dein Verbündeter, um Momente in Bildern oder Videos festzuhalten ... und oft mehrere mehr oder weniger unscharfe Bilder desselben Moments. Oder wenn sie in hoher Auflösung aufgenommen werden, können sie schnell Platz in deinem Speicherplatz einnehmen. Du kannst die Bilder, die du behalten möchtest, **in der Cloud speichern und alle anderen von deinem Smartphone löschen**. Später kannst du diese Bilder und Videos **auf einer externen Festplatte speichern und die Online-Version löschen**.

Neben Bildern, Videos oder Aufnahmen, die du mit deinem Smartphone gemacht hast, hast du vielleicht auch andere Dateien wie Dokumente, Filme, Musik, Podcasts oder E-Books heruntergeladen. Wenn du diese nicht mehr verwenden möchtest, lösche sie.

#4 Konversationen auswählen und löschen

Wähle in deinen Nachrichten (SMS und MMS) die überflüssig gewordenen Konversationen aus und lösche sie, z. B. Spam-Nachrichten, gesponserte Nachrichten, die Nachrichten "OK", "Ich bin zu Hause" oder "Frohes Neues Jahr 2023".

Du kannst das Löschen früherer Nachrichten auch automatisieren, indem du eine Grenze festlegst, ab der die Nachrichten automatisch gelöscht werden.

Auf WhatsApp gehe zu: "Einstellungen" > "Diskussionen" > "Archiv" > "Alle Diskussionen löschen".

In deinem Diskussionsstrang kannst du auch die Diskussionen einzeln auswählen und auf das Papierkorbsymbol klicken. Vergiss nicht deine archivierten Diskussionen: Du findest sie am Ende deines Diskussionsstrangs.

Du kannst auch die Gruppen verlassen, die inaktiv geworden sind.

Im **Messenger**, wie auch bei **Signal** oder **Telegram**, klicke in deinem Diskussionsstrang auf "Löschen". Bei **Telegram** kannst du alle Entwürfe, die noch nicht gesendet wurden, unter "Einstellungen" > "Daten und Speicher" > "Alle Entwürfe löschen" löschen.

Checkliste

- Lösche die nicht verwendeten Anwendungen
- Lösche den Cache
- Lösche die Dateien, die du nicht benötigst, z. B. deine Bilder, Videos, Audiodateien und temporären Dateien
- Lösche den Gesprächsverlauf

Herzlichen Glückwunsch! Du hast dein Smartphone bereinigt!

Du kannst nun zu deinen Einstellungen zurückkehren und deinen **Erfolg messen!**

Noch einen Schritt weiter gehen

Jetzt, wo du dein Smartphone aufgeräumt hast, möchtest du, dass dies das ganze Jahr über so bleibt? Hier sind einige Empfehlungen, die dir helfen können, mit den Daten auf deinem Smartphone umzugehen.

- Falls vorhanden, **wähle die Light-Version von Anwendungen**, vor allem von denen, die am meisten verbrauchen, zum Beispiel "Facebook Lite".
- **Schreibe kürzere Nachrichten und nur bei Bedarf**: Wie bei E-Mails solltest du die Größe der gesendeten Dateien so weit wie möglich reduzieren. Auch ein Anruf kann effizienter sein als eine SMS.
- **Gehe sorgsam mit deinem Smartphone um**. Dein Smartphone ist nicht nur Dein Telefon, sondern auch dein Musikplayer, deine Spielkonsole und sogar dein GPS... Dein Smartphone braucht vielleicht von Zeit zu Zeit eine Pause. Einige Komponenten wie der Akku oder der Prozessor sind hitzeempfindlich und brauchen Zeit, um abzukühlen.
- **Aktualisiere deine Anwendungen regelmäßig**. Wenn Anwendungen von Entwicklern aktualisiert werden, werden sie oft mit neuen Funktionen ausgestattet, um sie vor Sicherheitsbedrohungen zu schützen, aber auch um den Ressourcenverbrauch zu verringern. Regelmäßige Aktualisierungen können von Vorteil sein. Ziehe manuelle Aktualisierungen vor, um die Kontrolle über deine Anwendungen zu behalten. Es ist auch eine Gelegenheit, die Anwendungen auszusortieren, die du nicht mehr verwendest, die aber weiterhin Daten und Speicherplatz auf deinem Handy verbrauchen.

Quellen

Cover-Bild: <https://fr.freepik.com>

<https://www.presse-citron.net/whatsapp-et-messenger-cest-maintenant-60-milliards-de-messages-par-jour/>

<https://www.blogdumoderateur.com/liberer-espace-stockage-android/>

Lizenz und Kontakt

Das Material darf nur für nicht-kommerzielle Zwecke verwendet werden.

Hast du eine Frage oder eine Idee, um diesen Leitfaden zu verbessern? Zögere nicht, uns zu kontaktieren: info@worldcleanup.org