Próbka / A08

Zwolnij miejsce w telefonie

Za darmo: dwa z ośmiu zadań, w pełni

Dla osób, które mają komunikat o pełnej pamięci w iPhonie lub Androidzie i nie chcą usuwać tego, czego nie powinny. Każde zadanie mówi, co tracisz po kliknięciu danego przycisku, gdzie to odzyskasz i przez ile dni.

Telefon naładowany lub podłączony do prądu, kod odblokowujący, Wi-Fi i dostęp do twoich kont (Apple, Google lub Samsung). Do zadania 07: komputer i kabel danych albo miejsce w chmurze, co może być płatne oddzielnie. Niektóre opcje Androida dostępne są dopiero od Androida 14 lub 15.

Zawartość pełnego przewodnika

01 Zobacz, co zajmuje miejsce, i potwierdź kopie zapasowe (w tej próbce)
02 Zdjęcia i filmy bez utraty żadnego
03 WhatsApp: duże pliki i automatyczne pobieranie (w tej próbce)
04 Aplikacje: usuwanie bez utraty danych
05 Wiadomości, załączniki i pobrane wideo
06 Pobierania, pliki i przeglądarka
07 Przenoszenie zdjęć i plików na komputer lub do chmury
08 Rutyna, by nie napełnić się znowu

Nazwy przycisków odpowiadają oficjalnym stronom w języku polskim, sprawdzonym w listopadzie 2026 r.: na iPhonie: iOS 27; u Samsunga: wersja z 2021 r. Mogą się różnić w zależności od modelu, marki i wersji systemu; jeśli nie znajdziesz któregoś, użyj wyszukiwania w Ustawieniach lub otwórz oficjalne źródło podane w zadaniu.

Zadanie 01

Zobacz, co zajmuje miejsce, i potwierdź kopie zapasowe

Wiedzieć, co napełnia telefon, i mieć świeżą kopię przed usunięciem czegokolwiek.

01 iPhone: otwórz Ustawienia, wejdź w „Ogólne” i „Pamięć iPhone”. Na górze widzisz wolne miejsce; niżej - rekomendacje i listę aplikacji z zajmowanym miejscem. Pobrane pliki Safari i to, co jest w „Na moim iPhonie” w aplikacji Pliki, liczone są w aplikacjach. Zapisz w arkuszu trzy kategorie lub aplikacje, które najwięcej zajmują.

02 Android: otwórz Ustawienia, wejdź w „Pamięć” i wybierz kategorię, by zobaczyć, co zajmuje miejsce.

03 Zanim usuniesz cokolwiek, potwierdź kopie i zapisz daty w arkuszu. iPhone: Ustawienia, twoje imię i nazwisko, iCloud, „Backup w iCloud”; data i godzina najnowszej kopii widnieje przy „Utwórz backup teraz”. Ze Zdjęciami w iCloud zdjęcia nie wchodzą w tę kopię: są synchronizowane, a usunięcie zdjęcia w iPhonie usuwa je wszędzie. Google Zdjęcia: status „Utworzono kopię zapasową”. WhatsApp: Ustawienia, Rozmowy, Kopia zapasowa.

Potwierdź wynik

Masz w arkuszu wolne miejsce, trzy kategorie lub aplikacje zajmujące najwięcej oraz daty kopii telefonu, zdjęć i WhatsApp.

Jeśli coś nie przebiegnie zgodnie z oczekiwaniami

Jeśli kopia nie ma świeżej daty, nie usuwaj niczego przed jej wykonaniem: kit iOutlet „Kopie zapasowe, które działają”, sprzedawany osobno, ma do tego kroki. Przy pełnej chmurze kopia się nie wykona (zadanie 07). Na iPhonie system sam usuwa pliki pamięci podręcznej i tymczasowe, gdy brakuje miejsca: nie musisz tego robić sam.

Apple: zarządzanie pamięcią iPhone’a · Apple: sprawdzanie pamięci iPhone’a · Google: zwalnianie miejsca na Androidzie · Apple: kopia zapasowa w iCloud · Google: kopia zapasowa w Zdjęciach Google (Android) · WhatsApp: zwalnianie miejsca w pamięci

Zadanie 03

WhatsApp: duże pliki i automatyczne pobieranie

Zwolnić miejsce zajmowane przez WhatsApp bez usuwania rozmów, które chcesz zachować.

01 Najpierw to, co tracisz. Usunięcie pliku w WhatsApp jest trwałe: nie pobierzesz go ponownie z rozmowy i zniknie z kopii zapasowej przy następnej kopii. Zniknie tylko dla ciebie; inni nadal go widzą. Zobaczenie w galerii nie wystarczy, bo to może być ten sam plik. Jeśli zależy ci na zdjęciu lub filmie, najpierw zapisz jego kopię poza WhatsApp (Zdjęcia Google, iCloud lub komputer), otwórz tam i dopiero potem usuń. Jeśli zapyta o usunięcie też z galerii urządzenia, zostaw to pole odznaczone.

02 Otwórz WhatsApp. Android: Ustawienia, „Pamięć i dane", „Zarządzaj pamięcią". iPhone: dotknij swojego zdjęcia profilowego, „Pamięć i dane", „Zarządzaj pamięcią". Na górze widzisz, ile miejsca zajmuje WhatsApp na telefonie.

03 Aby sprawdzić, co waży w rozmowie: otwórz ją, dotknij nazwy i „Zarządzaj pamięcią". Pliki pokazane są od największego do najmniejszego. Usuń tylko te, których nie chcesz.

04 W sekcji „Pobieranie automatyczne" w ustawieniach „Pamięć i dane" wybierz, co ma się pobierać samo. iPhone: dla każdego typu ustaw „Nigdy" lub „Tylko Wi-Fi". Android: odznacz typy w sekcjach „Pobieraj przy danych komórkowych", „Pobieraj przy Wi-Fi" i „W roamingu". To, co się nie pobierze, zostanie w rozmowie do momentu dotknięcia.

Potwierdź wynik

Miejsce na górze w „Zarządzaj pamięcią" zmniejszyło się, rozmowy, które chciałeś zachować, nadal tam są, a pobieranie automatyczne jest ustawione tak, jak wybrałeś.

Jeśli coś nie przebiegnie zgodnie z oczekiwaniami

Gdy telefon ma prawie brak miejsca, WhatsApp może przestać działać poprawnie. Nie usuwaj kopii zapasowej WhatsApp, by zyskać miejsce: jest trwała i to ona pozwala przywrócić rozmowy.

WhatsApp: zwalnianie miejsca w pamięci · WhatsApp: konfigurowanie automatycznego pobierania

W pełnym zestawie

Ta próbka zawiera 2 z 8 zadań. Pozostałe 6 dotyczą zdjęć, aplikacji, wiadomości, pobieranych plików, chmury i rutyny miesięcznej, z informacją, co tracisz przy każdym przycisku i jakie masz terminy na odzyskanie:

02 Zdjęcia i filmy bez utraty żadnego

Optymalizacja na iPhonie, zwalnianie miejsca w Zdjęciach Google bez utraty oryginałów i tabela pokazująca, co zabiera każda metoda usuwania.

04 Aplikacje: usuwanie bez utraty danych

Trzy sposoby „usuwania" na iPhonie, archiwizowanie aplikacji na Androidzie i różnica między czyszczeniem pamięci podręcznej a czyszczeniem pamięci.

05 Wiadomości, załączniki i pobrane wideo

Usuwanie załączników z rozmowy bez usuwania rozmowy, 30 dni „Ostatnio usunięte" i opcja, która sama usuwa stare wiadomości.

06 Pobierania, pliki i przeglądarka

Folder Pobrane na iPhonie, karty czyszczenia w Files by Google i pole w Chrome, którego nie należy zaznaczać.

07 Przenoszenie zdjęć i plików na komputer lub do chmury

Przeniesienie zdjęć na komputer, potwierdzenie, że się otwierają, przed usunięciem i co się dzieje, gdy iCloud lub konto Google się zapełnią.

08 Rutyna, by nie napełnić się znowu

Automatyczne pomoce iPhone, Androida i WhatsApp oraz miesięczny przegląd z kartką.

Pełny zestaw: 4,90 €, w tym VAT. Zawiera poradnik, listę kontrolną i kartę ćwiczeń, z wersją do edycji w przeglądarce.

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