



Heute: 4.9.2026

„Ich und mein iPhone „ Teil 3

Speicherplatz auf meinem iPhone - Aufräumen und Freigeben von Speicherplatz

Wenn man von „**Cleaner**“ als App zum **Aufräumen und Freigeben von Speicherplatz** auf dem iPhone spricht, würde ich **nicht sofort eine kostenpflichtige Cleaner-App installieren.**

Apple hat inzwischen **selbst sehr gute Reinigungsfunktionen** eingebaut.
Du kannst unter

Einstellungen → Allgemein → iPhone-Speicher

sehen, welche Apps und Daten besonders viel Platz belegen.

iOS (Betriebssystem von Apple) macht dort auch eigene Vorschläge zum Freigeben von Speicher.

Besonders praktisch ist die **Duplikat Erkennung für Fotos**:

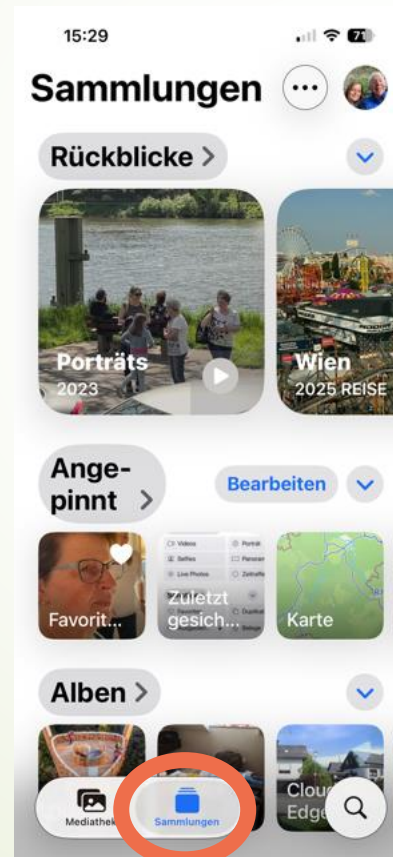
Fotos → Sammlungen → Dienstprogramme → Duplikate.

Dort kannst du in vier Schritten doppelte Fotos und Videos zusammenführen.

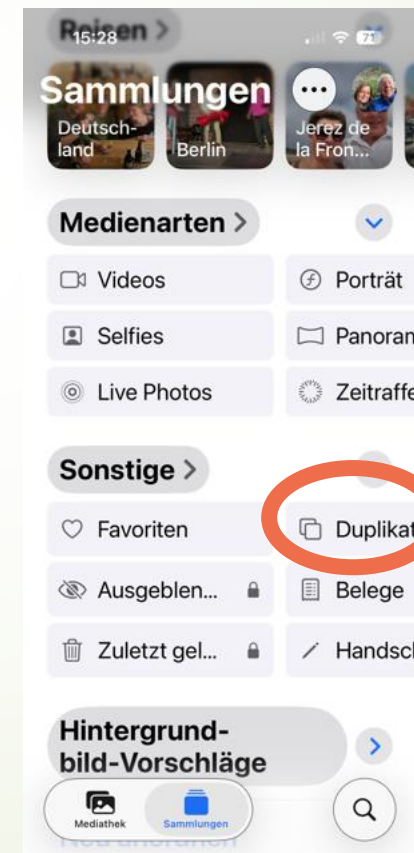
1. Schritt



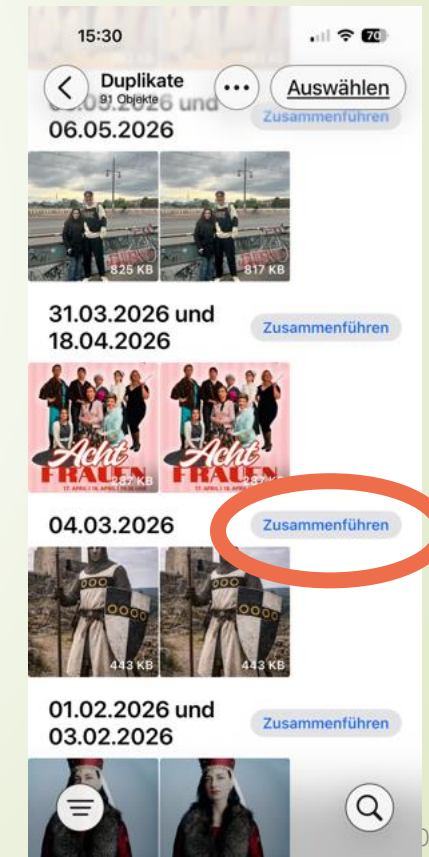
2. Schritt



3. Schritt



4. Schritt



Wenn du trotzdem eine Cleaner-App möchtest

würde ich eine App nehmen, die vor allem **doppelte Fotos, ähnliche Fotos, große Videos und Kontakte** findet. Von Apps, die versprechen, das iPhone durch „RAM-Reinigung“ oder ähnliches deutlich schneller zu machen, würde ich eher abraten.

Einige Cleaner-Apps im Vergleich:

App	Stärke	Kostenlos nutzbar	Abo-Risiko	Meine Einschätzung
Clever Cleaner	Fotos/Videos aufräumen	Ja, sehr großzügig	 niedrig	★★★★★
Cleaner Kit	Fotos + Videos + Kontakte	Teilweise	 mittel	★★★★
Cleanup	Große Videos & ähnliche Fotos	Teilweise	 eher hoch	★★★½



Speicher prüfen

Öffne auf deinem iPhone:

Einstellungen → **Allgemein** → **iPhone-Speicher**

Dort siehst du oben eine Leiste mit der Anzeige, wie viel Speicher **belegt und frei** ist.

Das sieht **sehr gut** aus – das iPhone hat überhaupt keinen Speicherengpass.

Der Speicher aktuell

- **256 GB insgesamt**
- **78,19 GB belegt**
- **177,81 GB frei** ✓

Du hast also noch rund **70 % freien Speicher**. Eine Cleaner-App ist deshalb **nicht notwendig**.

Interessant ist allerdings: Auf dem iPhone nehmen **die Apps deutlich mehr Platz ein als Fotos**. Außerdem schlägt iOS selbst vor, durch „Apps auslagern“ bis zu **8,44 GB** einzusparen.

Einstellungen -> Allgemein -> iPhone -Speicher

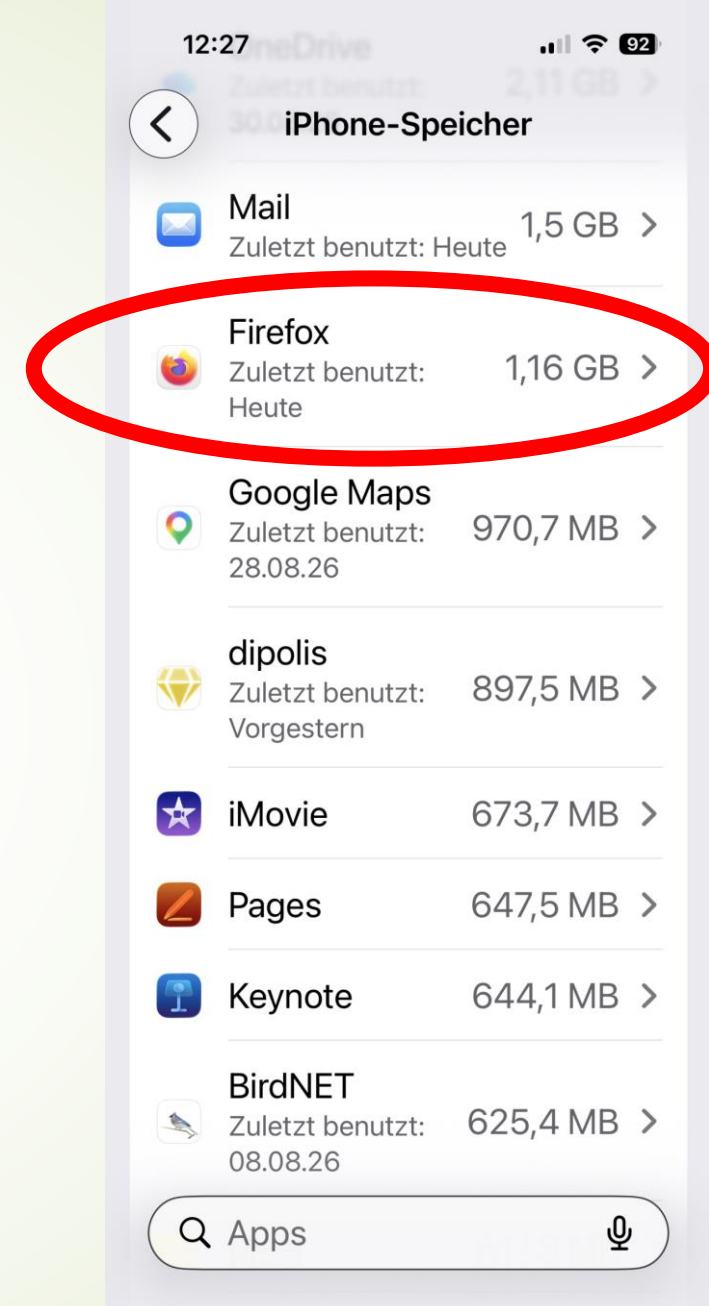
Hieran kann ich es gut beurteilen wo der Speicherplatz hingeht. 👍

📱 Ergebnis bei diesem iPhone

Der Speicher ist überhaupt kein Problem:

- **256 GB Gesamt**
- **78,19 GB belegt**
- **177,81 GB frei** ✓
- iOS selbst: **13,45 GB** – völlig normal
- Mail: **1,50 GB**
- -> Firefox **1,16 GB**
- Google Maps: **971 MB**
- dipolis: **897 MB**
- iMovie: **673 MB**
- Pages: **647 MB**
- Keynote: **644 MB**
- BirdNET: **625 MB**
- Meet: **616 MB**
- Google Home: **598 MB**
- Sparkasse: **595 MB**

Selbst wenn einige dieser Apps gelöscht würden, würden nur wenige GB gewonnen.
Bei **178 GB freiem Speicher** lohnt sich eine Cleaner-App daher nicht.



Bei Firefox könnte man einigen Speicherplatz frei bekommen.

7

👍 Ich würde Firefox jetzt bereinigen

Da insgesamt noch **177,81 GB frei** sind, ist es nicht dringend. Aber die 1,16 GB kann man ohne großen Aufwand reduzieren.

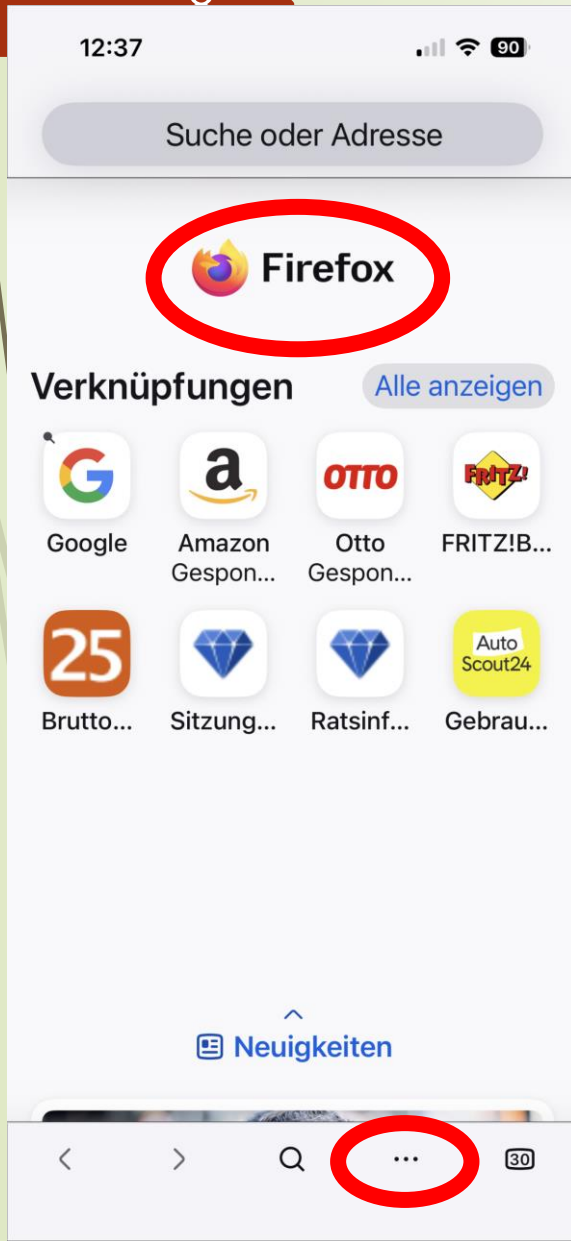
Wichtig: Ich würde **nicht** gleich Firefox löschen oder „Website-Daten“ komplett entfernen. Dadurch könnten beispielsweise Anmeldungen verloren gehen.

So machen wir es sicher:

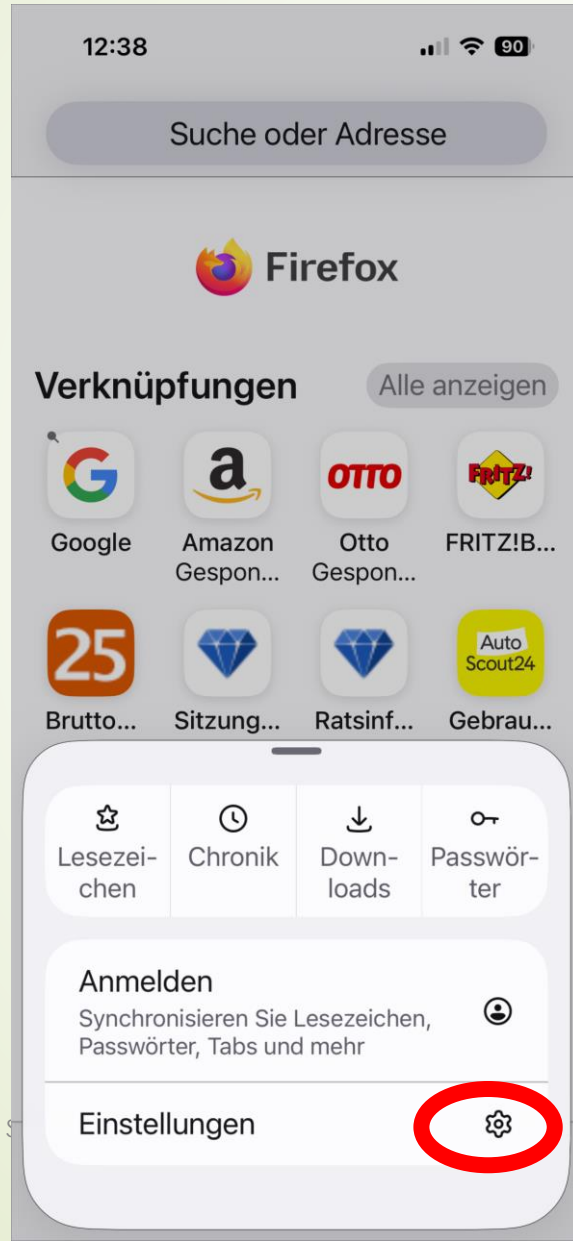
1. Öffne **Firefox**.
2. Tippe unten rechts auf ☰ (Menü).
3. Wähle **Einstellungen**.
4. Suche nach **Datenverwaltung** bzw. **Datenschutz/Datenverwaltung**.
5. Dort sollte es eine Möglichkeit geben, **Cache** zu löschen.
6. **Nur „Cache“ auswählen**, zunächst alles andere abwählen.
7. Cache löschen.

Damit können wir wahrscheinlich einen großen Teil der 1,16 GB loswerden, **ohne deine Lesezeichen, Passwörter oder wichtigen Dokumente anzutasten**

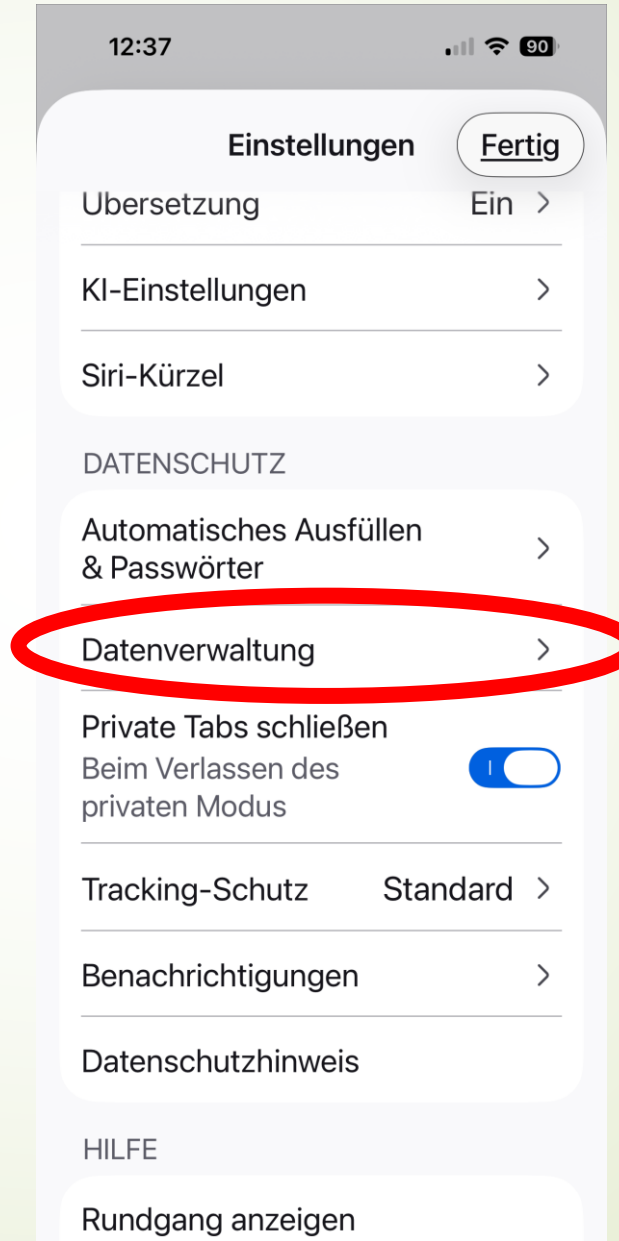
1. Schritt



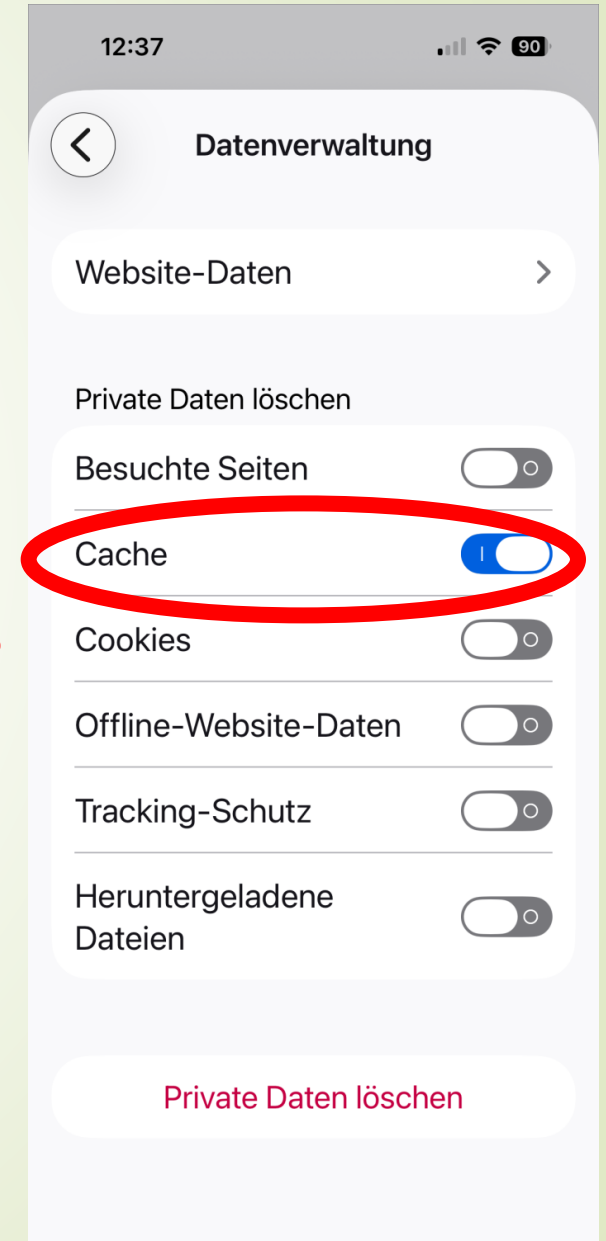
2. Schritt



3. Schritt



4. Schritt



Hier sollte bei Firefox **nur der Cache gelöscht werden**. Die **Lesezeichen, gespeicherten Passwörter und wichtigen Dokumente** bleiben dabei erhalten.

So stellst du es ein

Bitte:

1. „**Besuchte Seiten**“ → **ausschalten**
2. „**Cache**“ → **eingeschaltet lassen** ✓
3. „**Cookies**“ → **ausschalten** ✗
4. „**Offline-Website-Daten**“ → **ausschalten** ✗
5. „**Tracking-Schutz**“ → **ausschalten** ✗
6. „**Heruntergeladene Dateien**“ → **ausgeschaltet lassen** ✗

Danach sollte **nur „Cache“ blau** sein.

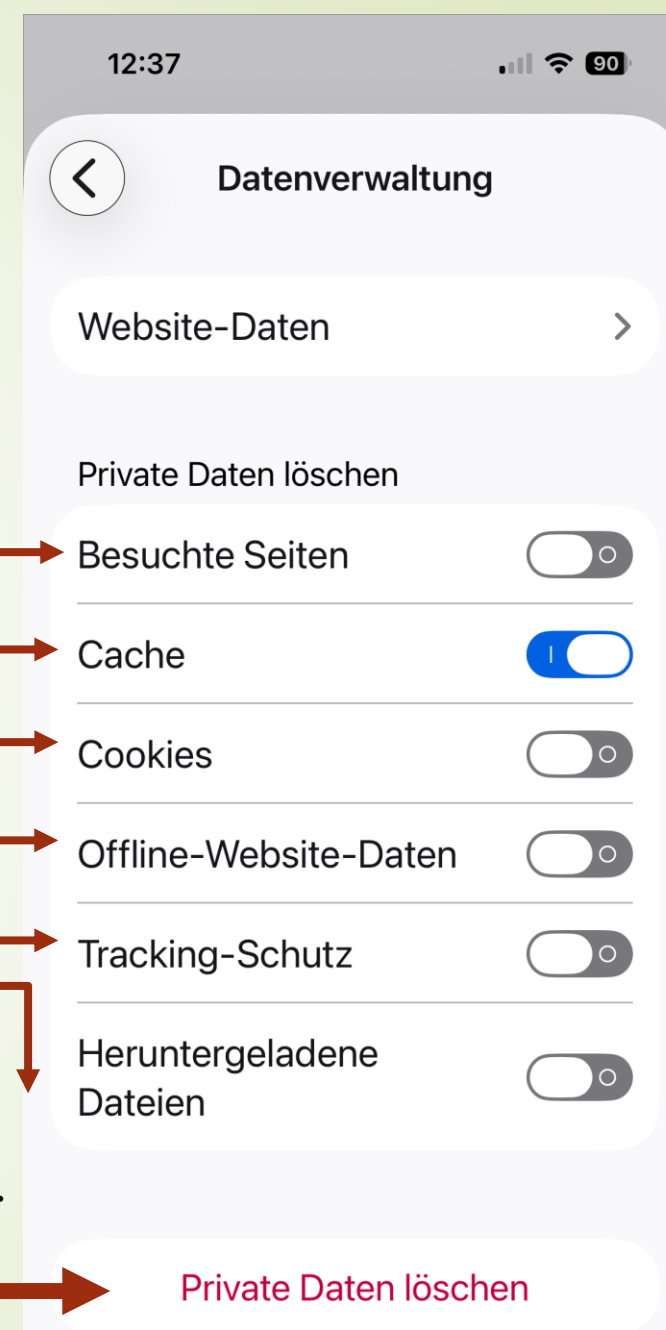
Dann kannst du unten auf **„Private Daten löschen“** tippen.

⚠ **Warum nur Cache?**

Bei deinen **1,45 GB „Dokumente & Daten“** ist der Cache der erste Kandidat. Wenn wir Cookies oder Website-Daten mitlöschen, könnten Webseiten dich abmelden oder gespeicherte Website-Einstellungen verloren gehen.

Danach schauen wir nach, wie viel Speicher Firefox noch benötigt.

👉 **Lösche also zunächst nur den Cache.**





*Vielen Dank
für euer
Interesse.*

