Je veux vérifier mon espace disque et nettoyer avec des outils gratuits

Lire le stockage disponible, repérer ce qui occupe de la place et choisir des outils gratuits adaptés, sans nettoyage automatique aveugle.

Objectif : Je sais mesurer l'espace disponible, choisir une action limitée et comprendre la différence entre stockage, RAM et quota du cloud.

Temps indicatif : 30 à 40 minutes ; pauses possibles.

Pour commencer : Savoir retrouver un dossier. Le cas peut être fait sans installation ni suppression sur l'appareil.

La situation fictive

Maya voit 8 Go disponibles sur un stockage de 256 Go. Le dossier d'exercice contient 3 Go de copies dont les originaux ont été vérifiés, 12 Go de photos uniques sans autre copie et un dossier système volumineux. Elle doit préparer un nettoyage limité et choisir un outil selon son appareil. Les volumes et dossiers sont fictifs ; aucune suppression réelle n'est effectuée par cette page.

1. Mesurer avant de nettoyer

Ouvrez l'écran Stockage de l'appareil et notez sa capacité ainsi que l'espace disponible. Un disque ou stockage conserve les fichiers ; la RAM sert aux programmes en cours. Supprimer un fichier n'ajoute pas de RAM. Le quota iCloud ou Google et l'espace physique du téléphone sont aussi distincts. Une lenteur peut avoir d'autres causes qu'un manque de stockage.

2. Identifier les catégories et les fichiers utiles

Regardez les applications, téléchargements, documents et photos. Ouvrez un petit nombre de fichiers connus pour comprendre leur rôle, plutôt que supprimer tout ce qui est ancien ou volumineux. Préservez les dossiers système, les données d'application et les originaux sans copie. Une suppression dans un dossier synchronisé peut être répercutée ailleurs ; la synchronisation ne suffit pas à prouver une sauvegarde indépendante.

3. Commencer par les outils intégrés

Sous Windows 11, les recommandations de nettoyage se trouvent dans Paramètres, Système, Stockage ; sous Windows 10, Nettoyage de disque propose un parcours distinct. Sur Mac, consultez Général puis Stockage dans les réglages récents. Sur Android et iPhone, commencez aussi par le stockage du système. Lisez les catégories et les confirmations : Effacer les données d'une application ne signifie pas Vider son cache.

4. Choisir un logiciel gratuit selon le système

WinDirStat pour Windows et GrandPerspective pour Mac aident à visualiser les tailles. Ils disposent aussi de fonctions de suppression : dans cette fiche, utilisez-les seulement pour analyser et retrouver un dossier. GrandPerspective est gratuit via le lien du projet vers SourceForge, alors que son App Store est payant ; la version actuelle 3.8.1 exige macOS 14 ou plus. Files by Google est une option Android compatible ; iPhone dispose de sa gestion intégrée. Les liens officiels et les limites sont précisés ci-dessous.

5. Nettoyer peu, puis mesurer le résultat

Pour un essai réel autorisé, conservez d'abord une copie indépendante vérifiée des éléments à garder. Sélectionnez quelques fichiers compris et devenus inutiles ; évitez les opérations définitives ou la purge générale d'une corbeille. Files by Google peut supprimer définitivement les fichiers indésirables : ne supposez pas que toute action est annulable. Revenez au stockage pour lire le gain réel. Le cas de Maya reste une préparation et ne garantit aucune accélération universelle. Cette méthode ne propose ni nettoyage du registre ni optimiseur promettant une accélération miracle.

Selon votre appareil

Windows

Paramètres > Système > Stockage ; l'Explorateur > Ce PC permet aussi de lire l'espace libre. Sous Windows 11, examinez les Recommandations de nettoyage. WinDirStat : analyse uniquement dans cette activité.

Mac

macOS 13 et suivants : menu Pomme > Réglages Système > Général > Stockage. GrandPerspective 3.8.1 demande macOS 14+ ; le projet indique 3.7.2 pour macOS 11–13. Vérifiez la version avant tout téléchargement.

Android

Paramètres > Stockage, avec variantes constructeur. Files by Google nécessite actuellement Android 8.0 ou plus. Vider le cache et effacer le stockage d'une application n'ont pas le même effet.

iPhone / iPad

Réglages > Général > Stockage iPhone ou Stockage iPad. Décharger une app conserve ses documents et données ; Supprimer l'app les retire selon son fonctionnement. Ne confondez pas ces choix et le stockage iCloud.

Relire votre résultat

• L'espace disponible est relevé avant l'action.

• Je distingue disque, RAM et stockage du cloud.

• Les données uniques et les dossiers système sont préservés.

• L'outil correspond au système et à sa version.

• Je relis chaque suppression et vérifie le gain après coup.

Questions pour réviser

1. Supprimer une vidéo ajoute-t-il de la mémoire RAM ?

• Oui, à chaque suppression

• Non : cela libère du stockage

• Seulement sur téléphone

2. Quelle première sélection est adaptée au cas ?

• Le dossier système inconnu

• Les photos uniques

• Les copies d’exercice vérifiées et inutiles

3. WinDirStat ou GrandPerspective suppriment-ils nécessairement sans risque ?

• Non : ils ont aussi des commandes destructrices

• Oui : tout outil gratuit est réversible

• Oui : un graphique vaut une sauvegarde

4. Un fichier dans un dossier synchronisé prouve-t-il une sauvegarde indépendante ?

• Oui, si son nom contient copie

• Non : il faut vérifier conservation et récupération

• Oui, si l’icône est verte

Les explications se consultent dans le quiz de la page. Les attendus et documents formateur restent privés.

Aides officielles et accès utiles

Microsoft - Libérer de l'espace disque dans Windows

Apple - Libérer de l'espace de stockage sur Mac

Google - Libérer de l'espace de stockage sur votre appareil Android

Apple - Vérifier l'espace de stockage sur votre iPhone et iPad

WinDirStat - site officiel

WinDirStat - téléchargements officiels

GrandPerspective - site officiel, licence et exigences

Files by Google - fiche Google Play officielle

Google - Effacer les fichiers indésirables