



## Mobil adatforgalom tudatos kezelése

Android és iOS felhasználóknak · FIXmobil flotta (Yettel-hálózat)

### Miért fontos ezzel foglalkozni?

A mobiladat-keret túllépése ritkán egyetlen nagy letöltés miatt történik. Sokkal gyakoribb, hogy:

- több alkalmazás párhuzamosan használ adatot,
- a háttérben frissülnek tartalmak,
- videók automatikusan elindulnak,
- navigáció és média egyszerre fut.

A szolgáltatói értesítések (80% és 100%) technikai értelemben pontosak, de esetenként felhasználói oldalról későn érkeznek, és így már kevés mozgástér marad.

**Ezért érdemes korábbi, saját figyelmeztetést beállítani.**

#### Számlázási ciklus – fontos alapbeállítás

A flottában használt SIM-eknél:

- a számlázási időszak minden hónap 3-án indul,
- és a következő hónap 2-án zárul.

Minden adatforgalom-figyelést ehhez kell igazítani, különben a telefon és a szolgáltató adatai nem lesznek összehasonlíthatók.

### 1. Beépített adatforgalom-figyelés beállítása

#### Android

Útvonal (készüléktől függően minimálisan eltérhet):

Beállítások → Hálózat és internet → Mobilhálózat → Adathasználat

#### Ajánlott lépések:

1. Számlázási ciklus beállítása: kezdőnap = 3
2. Havi adatkeret megadása (a csomagod szerint)
3. Adatfigyelmeztetés bekapcsolása
4. Figyelmeztetési szint: 65–70%

#### Miért ennyi?

Ez az a pont, ahol:

- még időben lehet visszafogni a használatot,
- elkerülhető a szolgáltatói 80%-os SMS utáni „kapkodás”,
- néhány tudatos beállítással jellemzően megállítható a további gyors fogyás.

Androidon ez a figyelés rendszerszintű, tehát akkor is működik, ha az adatforgalmat háttérben futó alkalmazás generálja.

## iOS (iPhone)

Útvonal:

Beállítások → Mobilhálózat → Mobiladat-használat

### Fontos korlát:

Az iOS nem tud automatikus százalékos riasztást küldeni.

### Ajánlott gyakorlat:

- **Minden hónap 3-án:** „Statistika nullázása” (a Mobilhálózat képernyő alján).
- Időnként ellenőrizni, mely alkalmazások mennyit fogyasztottak.

Ez önmagában csak tájékoztató jellegű, ezért iOS-en külső alkalmazás használata erősen ajánlott (lásd 3. pont).

## 2. Rendszerszintű beállítások – egyszer, minden appra

A leggyorsabb megtakarítás nem alkalmazásonként, hanem rendszerszinten érhető el. Ezek a beállítások egyszerre több app fogyasztását fogják vissza, és utána ritkán kell hozzájuk nyúlni.

### Android – Adatforgalom-csökkentő (Data Saver)

Beállítások → Hálózat és internet → Adatforgalom-csökkentő → Bekapcsolás

Bekapcsolva a legtöbb app nem használ háttéradatot – csak akkor tölt, amikor épp nyitva van. Ha egy adott appnak (pl. WhatsApp az üzenetekhez) mégis engednéd a háttéradatot, azt a „Korlátlan adathasználat” listában tudod kivételként megadni.

### iOS – Kevés adat mód (Low Data Mode)

Beállítások → Mobilhálózat → Mobiladat-beállítások → Adatmód → Kevés adat mód

Visszafojga a háttérfrissítést, az automatikus letöltéseket és a videók előtöltését az összes appnál. Az egyik leghatékonyabb egyetlen kapcsoló iPhone-on.

### Alkalmazás-frissítések csak Wi-Fi-n

Az automatikus app-frissítés észrevétlenül is sok adatot vihet el. Állítsd Wi-Fi-re:

### Android (Play Áruház):

Play Áruház → Profil ikon → Beállítások → Hálózati beállítások → Alkalmazások automatikus frissítése → „Csak Wi-Fi-n”

### iOS (App Store):

Beállítások → App Store → Mobiladatok szakasz → „Automatikus letöltések” kikapcsolása

### Háttéradat és automatikus szinkron

A fotó- és felhőalkalmazások (pl. Google Fotók, Drive, OneDrive) gyakran a háttérben töltenek fel. Ezeknél mindig érdemes „csak Wi-Fi” beállítást választani (konkrét lépések az 5. pontban).

## 3. Külső adatforgalom-figyelő alkalmazások

(mikor és miért hasznosak?)

A beépített eszközök megmutatják az összesített fogyaszt, de nem mindig segítenek megérteni az okokat. Ezek az alkalmazások abban segítenek, hogy:

- látható legyen, melyik app fogyaszt sokat,
- elkülönüljön az előtérben és háttérben történő adatforgalom,
- előre kapjunk értesítést a keret közeledtéről.

## My Data Manager (Android és iOS)

### Miért ajánlott:

- havi adatkeret megadható,
- értesítés beállítható 65–70%-nál,
- alkalmazásonkénti bontást mutat,
- iOS-en is az egyik legmegbízhatóbb megoldás.

### Tipikus felhasználási helyzet:

Ha a felhasználó azt látja, hogy „nem is neteztem sokat”, mégis fogy a keret, itt általában kiderül, hogy videós vagy közösségi alkalmazás dolgozik a háttérben.

## GlassWire (Android)

### Miért hasznos:

- grafikonos megjelenítés,
- azonnal látszik egy hirtelen kiugrás,
- jól elkülöníti a háttéradat-használatot.

Ez különösen akkor segít, ha egy frissítés vagy új app telepítése után nő meg hirtelen a fogyás.

## 4. Adatforgalom csökkentése – alapelvek

### Videó – Zene – Streaming – Podcast

A videó messze a legnagyobb adatfogyasztó. Tájékoztató jelleggel, egy óra streaming mobilon nagyjából:

- **Netflix / videó HD-ban:** kb. 3 GB/óra
- **YouTube 1080p:** kb. 1,5–2,5 GB/óra (480p-n már csak ~0,3–0,5 GB/óra)
- **Zene (Spotify normál):** kb. 40 MB/óra

Hasznos lehet – akár hangról, akár videóról van szó –, ha a tartalmat már előre letöltjük Wi-Fi-n keresztül, és offline módban nézzük/hallgatjuk.

### Navigáció

A térképek önmagukban nem vészesek, de a forgalmi adatok folyamatos frissítése, vagy a gyakori újratervezés együtt már jelentős adatforgalmat generál.

### Média és felhő

Az automatikus feltöltés és szinkronizálás (pl. Fotók) gyakran észrevétlenül fut a háttérben – ezt érdemes Wi-Fi-re korlátozni.

## 5. Konkrét beállítások népszerű alkalmazásokhoz

*A menüpontok neve app-verziótól és nyelvi beállítástól függően kissé eltérhet, de a logika minden esetben ugyanaz.*

### Google Maps – offline térkép letöltése

1. Google Maps megnyitása
2. Profil ikon (jobb felső sarok)
3. Offline térképek
4. Saját térkép kiválasztása, terület kijelölése
6. Letöltés (Wi-Fi-n ajánlott)

Ezután a navigáció adatforgalom nélkül működik, és csak minimális adat kell az élő forgalmi információkhoz.

## Waze

A Waze folyamatos adatkapcsolatra épül, ezért nem offline alkalmazás.

### Javasolt használat:

- Wi-Fi-n indítsd el előre az útvonalat,
- indulás előtt várd meg, amíg a térkép betölt,
- ne hagyd hosszú ideig futni a háttérben.

## YouTube

Profilkép → Beállítások → Videóminőségi beállítások

- **Videóminőség mobilhálózaton:** „Adatmegtakarítás”
- **Videóminőség Wi-Fi-n:** „Jobb képminőség” (nyugodtan maradhat magas)

Emellett kapcsold ki az automatikus lejátszást (Beállítások → Automatikus lejátszás), és mobilon kézzel is állíthatsz 360p/480p minőséget a videó melletti fogaskerékkel.

## YouTube Music

Profilkép → Beállítások → Adatmegtakarítás / Hangminőség

- Mobilhálózaton: Normál vagy Alacsony hangminőség,
- „Streamelés csak Wi-Fi-n” és „Letöltés csak Wi-Fi-n” bekapcsolása.

## Facebook / Instagram

### Instagram:

Profil → ≡ menü → Beállítások és adatvédelem → Adathasználat és médiaminőség

- „Kevesebb mobiladat használata”: bekapcsolva (leállítja a videók előtöltését),
- „Feltöltés a legjobb minőségben”: kikapcsolva.

### Facebook:

≡ menü → Beállítások és adatvédelem → Beállítások → Médiatartalom

- Automatikus videolejátszás: „Soha” (vagy „Csak Wi-Fi-n”),
- HD videók feltöltése / lejátszása mobilon: kikapcsolva.

## TikTok

Profil → ≡ menü → Beállítások és adatvédelem → Adatmegtakarító mód

- Adatmegtakarító mód bekapcsolása,
- Wi-Fi-n érdemes előre letölteni a megnézni kívánt videókat,
- kerülj a hosszú, folyamatos görgetést mobilhálózaton – ez a legnagyobb rejtett fogyasztó.

## Spotify

Profilkép → Beállítások és adatvédelem → Adatmegtakarítás és offline

- Adatmegtakarítás: bekapcsolva (alacsonyra veszi a minőséget, kikapcsolja a Canvas videókat),
- „Letöltés mobilhálózaton”: kikapcsolva (csak Wi-Fi-n töltsön le),
- Médiaminőség → mobilhálózaton: Normál vagy Alacsony,
- Videós podcastok: „Csak hang” beállítás.

**Tipp:** a lejátszási listákat mindig Wi-Fi-n töltsd le, offline lejátszás közben nulla adatot használ.

## WhatsApp

Beállítások → Tárhely és adatok

- Médiatartalom automatikus letöltése → mobiladaton: mindent kikapcsolni (fotó, hang, videó, dokumentum csak Wi-Fi-n),
- „Kevesebb adat használata híváskor”: bekapcsolva,
- a Státusz- és Csatorna-tartalmak (fotó/videó) nézegetését inkább Wi-Fi-re hagyni.

## Netflix

Profil → ≡ menü → App-beállítások → Mobiladat-használat

- „Automatikus” kikapcsolása, majd „Adatmegtakarítás” (kb. 6 óra videó / 1 GB) vagy „Csak Wi-Fi”,
- a filmeket/sorozatokot Wi-Fi-n előre letölteni (offline lejátszás nem használ mobiladatot).

**Tipp:** Netflix HD mobilon kb. 3 GB/óra – ez a legdrágább fogyasztó, mobilon erősen kerülendő.

## Google Fotók – biztonsági mentés

Profilkép → „A Fotók beállításai” → Biztonsági mentés → Mobiladat-használat

- Fényképek és videók biztonsági mentése mobiladaton: kikapcsolva (0 MB),
- így a mentés csak Wi-Fi-hez csatlakozva indul el.

## Felhő és fájlszinkron (Google Drive, OneDrive, Dropbox)

Mindegyik appban van „csak Wi-Fi-n” átvitel opció:

- **Google Drive:** Beállítások → „Fájlok átvitele csak Wi-Fi-n” bekapcsolása,
- **OneDrive / Dropbox:** Beállítások → Feltöltés/Kamera-feltöltés → „Csak Wi-Fi-n”.

## 6. Gyors ellenőrzőlista (flottakiosztáshoz)

Új készülék beállításakor érdemes ezt a listát végigfutni:

- Számlázási ciklus kezdőnapja: 3 (adatfigyelés beállítva),
- Havi adatkeret megadva, figyelmeztetés 65–70%-nál,
- Rendszerszintű Adatforgalom-csökkentő / Kevés adat mód bekapcsolva,
- App-frissítések: csak Wi-Fi,
- Google Fotók / felhő szinkron: csak Wi-Fi,
- YouTube, Instagram, TikTok, Spotify, Netflix: adatmegtakarító beállítások bekapcsolva,
- WhatsApp automatikus médialetöltés: csak Wi-Fi,
- (opcionális) My Data Manager telepítve, keretriasztással.