

Quand publier

sur les réseaux sociaux
en 2025 ?



Quand publier sur Facebook en 2025 ?

MARDI



MERCREDI



JEUDI



Facebook reste le réseau social **le plus utilisé au monde***

NOTES :

B2B

B2C

Ne pas publier le ~~dimanche~~, par contre mercredi c'est le meilleur jour !



3,06 milliards d'utilisateurs actifs mensuels sur Facebook**



39 minutes passées sur Facebook chaque jour ***



62% affirment que leur intérêt pour un produit a augmenté après l'avoir vu dans une vidéo Facebook*



64% du trafic web issu des réseaux sociaux provient de Facebook**



Les 25-34 ans sont les utilisateurs les plus présents avec 25,2%**

* Hubspot, 2024
** We Are Social, 2024
*** Meltwater, 2024

Quand publier sur Instagram en 2025 ?

LUNDI

9h
10h
11h
12h
13h
14h
15h
...
18h

JEUDI

9h
10h
11h
12h
13h
14h
15h
...
18h

VENDREDI

9h
10h
11h
12h
13h
14h
15h
...
18h

NOTES :

 B2B

 B2C

Ne pas publier le week-end (sauf pour le B2C), par contre jeudi c'est le meilleur jour !



x2 plus d'engagement pour les publicités vidéos que les photos*



Les 18-24ans

sont les utilisateurs les plus présents avec 31,7%*



62 %

utilisent Instagram pour suivre des marques ou trouver leurs produits**



Plateforme n°1

pour les collaborations commerciales**



72%

déclarent qu'Instagram influence leurs décisions d'achat***



29 minutes

de temps passé par jour pour les utilisateurs sur la plateforme***

*SocialPilot, 2024

**Instagram Business

***Hubspot, 2024

Quand publier sur LinkedIn en 2025 ?

MARDI



MERCREDI



JEUDI



Les **vidéo** génèrent **5 fois plus d'engagement** que les publications textuelles*

NOTES :

Bien que B2B, ce réseau est souvent consulté durant leurs moments de "off" en début ou fin de journée.



Les 25-34ans

sont les utilisateurs les plus présents avec 60%***



40%

des utilisateurs LinkedIn accèdent à la plateforme quotidiennement***



6 personnes

sont embauchées chaque minute via la plateforme*



20%

d'augmentation du nombre de membres en France entre 2022 et 2024**



79%

des spécialistes du marketing considèrent LinkedIn comme une très bonne source de prospects****

* LinkedIn Marketing Solutions

** We Are Social, 2024

*** Social Pilot, 2024

**** Hubspot, 2024

Quand publier sur Pinterest en 2025 ?

VENDREDI



SAMEDI



DIMANCHE



NOTES :

B2B

B2C

Ne pas publier le ~~lundi~~, par contre samedi c'est le meilleur jour !



93% des utilisateurs déclarent utiliser la plateforme pour **planifier leurs achats***



1 milliard

de vidéos sont visionnées chaque jour sur Pinterest**



59%

des utilisateurs ont découvert de nouveaux produits ou de nouvelles marques**



240 milliards

d'épingles sont sauvegardées sur Pinterest à ce jour**



Les 25-34ans

sont les utilisateurs les plus présents avec 30,9%***

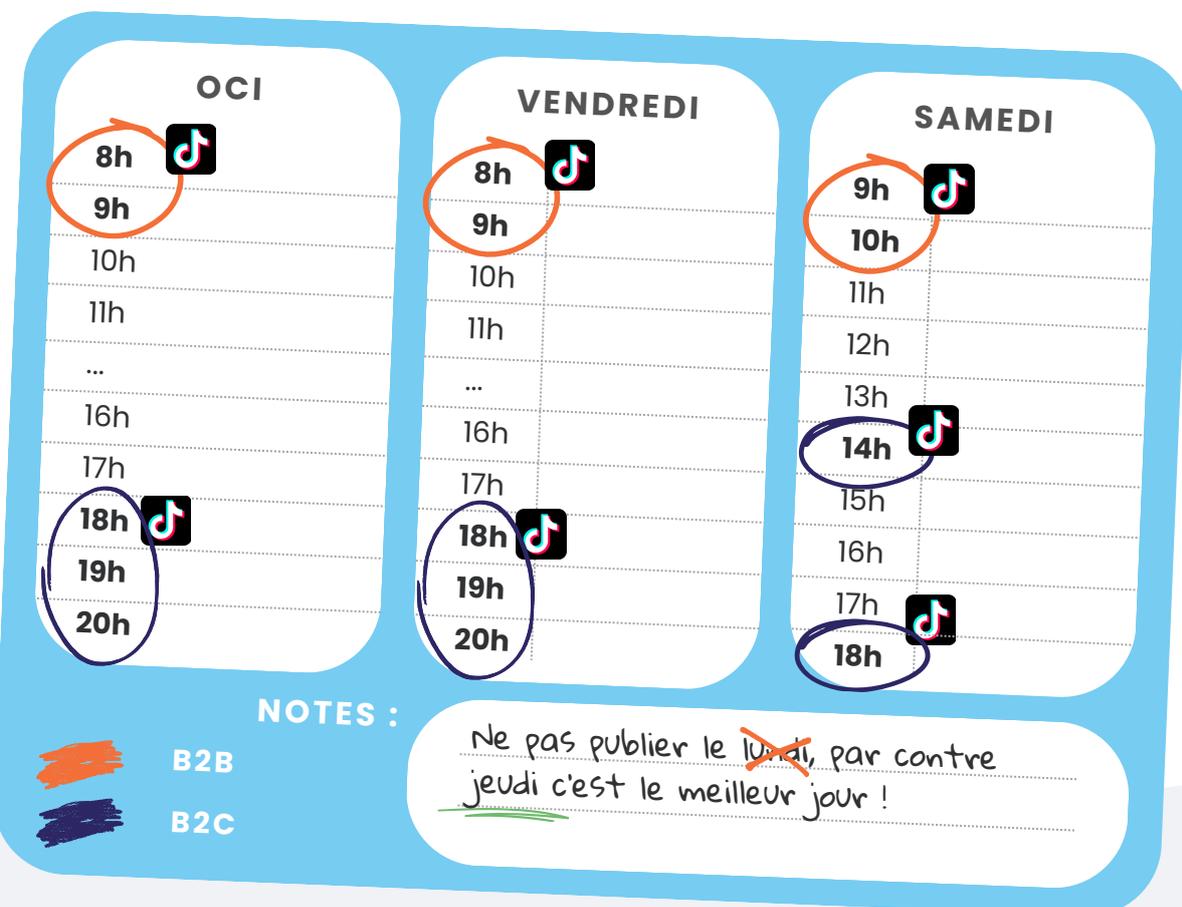


85%

des utilisateurs sur Pinterest naviguent via leur mobile**

* Pinterest Business
** Hubspot, 2024
*** Social Pilot, 2024

Quand publier sur TikTok en 2025 ?



TikTok prend la **1re place** en termes de **temps passé** sur les applications de **médias sociaux***

2

TikTok n°2

La deuxième application la plus téléchargée au monde**



90%

des utilisateurs se connectent tous les jours sur TikTok *****



Les 16-24ans

sont les utilisateurs les plus présents avec 40%***



51%

des utilisateurs utilisent TikTok pour rechercher des marques ou des produits**



60%

des marketeurs estiment que la vidéo courte est un format générant un ROI très élevé****

* We Are Social, 2024

** BDM

*** Social Pilot, 2024

**** Hubspot, 2024

*****TikTok for Business

Quand publier sur X en 2025 ?

MARDI

8h 

9h

10h

...

13h 

14h

15h

...

18h 

19h

20h

MERCREDI

8h 

9h

10h

...

13h 

14h

15h

...

18h 

19h

20h

JEUDI

8h 

9h

10h

...

13h 

14h

15h

...

18h 

19h

20h

NOTES :

 B2B

 B2C

Ne pas publier le ~~dimanche~~, par contre mercredi c'est le meilleur jour !

ex Twitter



Les tweets contenant des **images** reçoivent 18% plus de **clics**, 89% plus de **favoris** et 150% plus de **retweets****



26%

du temps passé sur X est consacré à la lecture de publicités*



Les 35-44ans

sont les utilisateurs les plus présents avec 28,4%**



+ 35%

d'engagement sur les tweets avec des visuels*



93%

des utilisateurs sont ouverts à des interactions avec les marques*



92%

des interactions sur X se font en cliquant sur des liens intégrés aux tweets*

* Hubspot, 2024

** Social Pilot, 2024

Digitaleo, La puissance d'une plateforme associée à une équipe d'experts



Do it yourself



**Une seule plateforme
pour gérer tout votre
marketing local**



Do it with me

Digitaleo+

**Une agence pour piloter
votre stratégie nationale
et multi-locale**

