

FICHE OUTIL

COMMENT UTILISER FACEBOOK ?

Facebook en Bretagne : quelques chiffres

- Parmi les internautes bretons, environ **48 % sont actifs sur au moins un réseau social** ; de ceux-ci, la quasi-totalité (95 %) est présente sur Facebook.
- Le profil des « facebookers » bretons montre une répartition **quasiment égale hommes/femmes** (52 % vs 48 %), avec une forte mobilisation des jeunes (15-30 ans – 52 % d'usage quotidien), bien que la fréquentation reste élevée chez les plus de 30 ans (48 %).
- **53 % des utilisateurs bretons inscrits ont au moins 50 amis**, et 10 % en ont plus de 200, ce qui suggère un réseau social dense et actif dans la région

CONSEILS DE PROGRAMMATION

Jour	Heures recommandées
Lundi	12 h - 15 h ; 18 h - 20 h.
Mardi	13 h - 15 h
Mercredi	12 h - 15 h ; 18 h - 20 h.
Judi	12 h - 15 h ; 18 h - 20 h.
Vendredi	12 h - 15 h ; 16 h - 18 h.
Samedi	10 h - 14 h
Dimanche	12 h - 13 h ; 17 h - 20 h.

Attention, ce sont simplement des indications générales.

Il faut évidemment se fier à votre audience et donc à ce que recommande Meta au moment de la programmation.

PROGRAMMATION DES PUBLICATIONS

Facebook permet de planifier les posts directement depuis une Page :

- Possibilité de programmer une publication entre 20 minutes et 29 jours à l'avance.
- Utiliser l'outil de programmation intégré ou les Meta Business Suite.
- Vérifier les heures d'activité de votre audience avec les Insights de Page.



CONSEILS POUR MAXIMISER L'ENGAGEMENT

- **Contenu visuel fort** : images et vidéos natives (pas de liens externes) → jusqu'à 10x plus de partages.
- **Publications directes** : privilégier les liens Facebook plutôt que les liens intégrés dans des posts visuels.
- **Analyser Insights** : mesurer reach, clics, interactions ; identifier les formats les plus performants.
- **Exploiter les vidéos** : auto-play et engagement élevé
- **Appel à l'action clair** : inciter à commenter, partager, mentionner le club, ou identifier la Ligue.
- **Publication 3 à 5 fois par semaine maximum !**

POUR QUE LA LIGUE REPUBLIE

Nécessité d'identification : La Ligue de Bretagne de Handball ne peut relayer (reposter) un contenu que si le club l'identifie (mentionne) clairement sur sa publication.

SUIVRE LES PERFORMANCES

-  Likes → Contenu qui plaît
-  Commentaires → Contenu engageant
-  Portée / vues → Visibilité du club
-  Nouveaux abonnés → Croissance de la communauté

 *Conseil : chaque fin de mois, regardez les 3 posts qui ont le mieux marché → recommencez dans ce style !*