

Sociale Media Afmetingen 2026

Een Optimazing cadeautje



Je kent het wel: je wilt een omslagfoto maken voor je Facebookpagina, maar de afmetingen in Canva kloppen niet altijd. En net als je dé juiste afmetingen hebt gevonden voor Instagram... BAM! Instagram rolt een wijziging uit en ineens worden je foto's willekeurig bijgesneden. 🤪

Frustrerend.

Hieronder vind je de afmetingen voor jouw social media afbeeldingen anno 2026 (*). Dit bespaart je alvast heel wat gesukkel en frustraties.

En met als kers op de taart een veel professionelere look voor jouw business en jouw merkidentiteit. Want ja, ook jij hebt jouw brand neer te zetten in de wereld!

Veel succes!

Enthousiaste groet,

Cathy

Jouw Online Optimalisatie Marketingstrategie

(*) Disclaimer:

Social media-afmetingen veranderen voortdurend, dus blijf up-to-date!

Heb je een product gekocht waarbij deze content inbegrepen is (zoals de marketingstrategie werktuig, de Canva Kompas online training etc.)? Geen zorgen: de updates worden automatisch doorgevoerd en je wordt op de hoogte gebracht.



SOCIAL MEDIA AFMETINGEN 2026

Afbeeldingen



LinkedIn

- Liggende afbeelding: **1200 x 627** pixels.
- Vierkante afbeelding: **1080 x 1080** pixels. of IG formaat **1080 x 1350** pixels



Facebook

- Liggende afbeelding: **1200 x 630** pixels.
- Vierkante afbeelding: **1200 x 1200** pixels. of IG formaat **1080 x 1350** pixels
- Stories: **1080 x 1920** pixels.



Instagram

- Posts & carrousels: 1080 x 1350 pixels.
- Alleen het midden (1012 x 1350 px) is zichtbaar in je profiel-grid, dus zet alles belangrijk centraal.
- Stories: **1080 x 1920** pixels.

Heel frustrerend dat die social media formaten constant veranderen, maar ook nog eens vervelend en time consuming dat die formaten over de diverse platformen verschillend zijn. Ontdek in deze video hoe ik hiermee omga. [Je bekijkt de video door hier te klikken](#) of onderstaande QR code te scannen.



PS. Deze video komt uit een betalende training waardoor de QR-code soms niet werkt. Gebruik in dat geval de link in de tekst hierboven.

SOCIAL MEDIA AFMETINGEN 2026

LinkedIn

- Profielfoto: 400 x 400 pixels. Zorg voor een professionele en duidelijke foto.
- Omslagfoto op je persoonlijk profiel 1584 x 396 pixels of bedrijfspagina: 1128 x 191 pixels.
- Liggende afbeelding: 1200 x 627 pixels of onze voorkeur 1080 x 1350 pixels (cfr. IG post).
- Vierkante afbeelding: 1080 x 1080 pixels of staand 627 x 1200 pixels.

Facebook

- Profielfoto: 196 x 196 pixels (weergave rond, kleiner op desktop)
- Omslagfoto: 820 x 312 pixels. Dit is de 1ste indruk die mensen krijgen op jouw Facebookpagina! (Veilige keuze: ontwerp in 820 x 360 px. Zo ben je zeker dat je banner op desktop én mobiel goed wordt weergegeven zonder belangrijke elementen af te snijden)
- Liggende afbeelding: 1200 x 630 pixels.
- Vierkante afbeelding: 1200 x 1200 pixels of onze voorkeur 1080 x 1350 pixels (cfr. IG post).
- Stories: 1080 x 1920 pixels.
- Advertenties idealiter een staande afbeelding van 630 x 1200 pixels. Je kan uiteraard ook jouw vierkante afbeelding of verticale 1080 x 1350 pixels gebruiken.

Instagram

- Profielfoto: 320 x 320 pixels.
- Posts & carrousels: 1080 x 1350 pixels.
Dit wordt nu de klassieke Instagram-look. Maar let op: in de grid view - het overzicht van je profiel is alleen het gedeelte 1012 x 1350 pixels zichtbaar.
Elke post of carousel (en ook jouw Reel - zie verder) heeft een omslagfoto die in je profiel (jouw grid) wordt getoond: afmeting 1012 x 1350 pixels.
Hierdoor moet je dus rekening houden dat enkel het centrale gedeelte van jouw afbeelding in de grid zichtbaar is. Hierdoor kan het dus best zijn dat ondanks dat je het goede formaat hebt gebruikt, jouw afbeelding in de breedte wordt afgeknipt.
Heel vervelend, maar het is wat het is. (*)

Nu jij op de hoogte bent, kan je hiermee rekening houden.

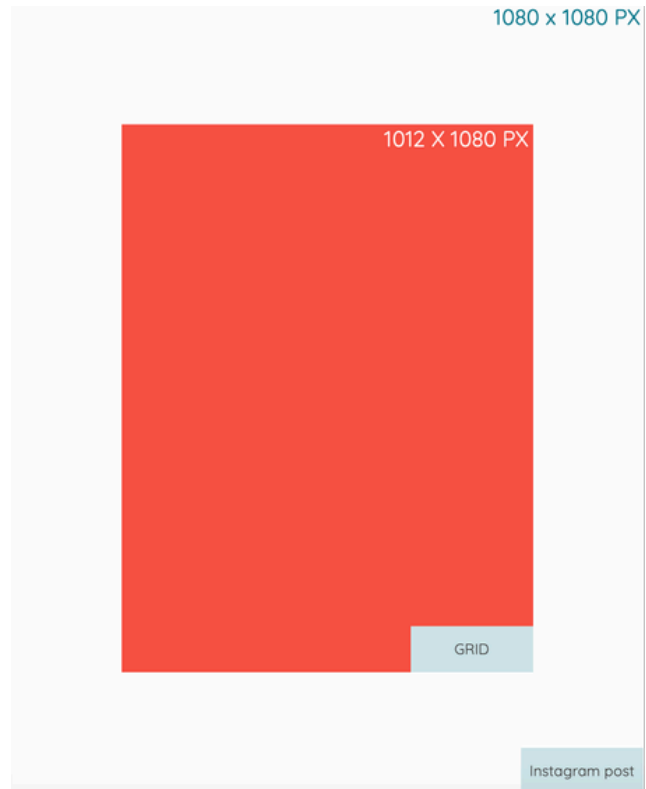
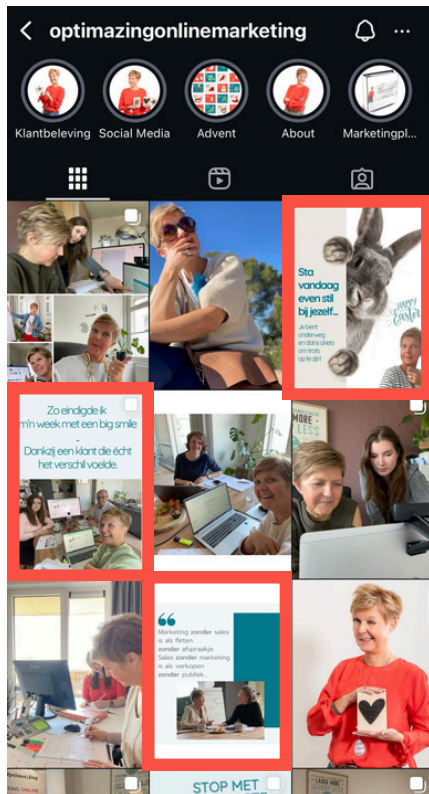
Maar niet getreurd! Je kan afgeknipte afbeeldingen nog altijd zelf manueel gaan aanpassen, zodat ze wel mooi in de grid staan. Hoe je dat doet, ontdek via onderstaande QR Code

Scan hier om te leren hoe je vierkante afbeeldingen verticaal maakt op Instagram!





Wil je echter nog eens rekening houden met het feit dat jouw afbeelding mobile proof is, hou dan ook rekening met de marges die rondom rond worden afgeknipt, want enkel het oranje gedeelte in onderstaande afbeelding is zeker zichtbaar.

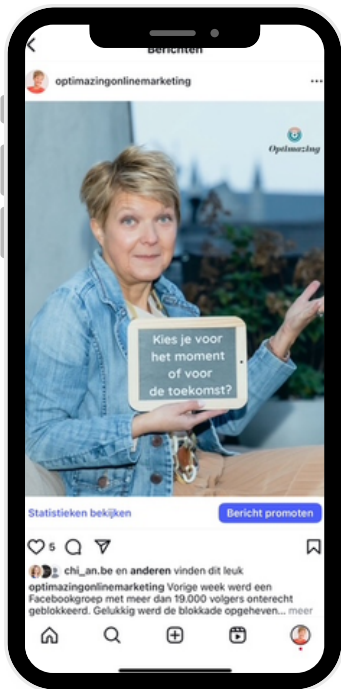


In deze video toon ik je hoe je dankzij het instellen van hulplijnen, dit probleem alvast oplost. Scan de QR Code of [klik hier om de video te bekijken](#).



PS. Deze video komt uit een betalende training waardoor de QR-code soms niet werkt. Gebruik in dat geval de link in de tekst links.

Instagram (vervolg)



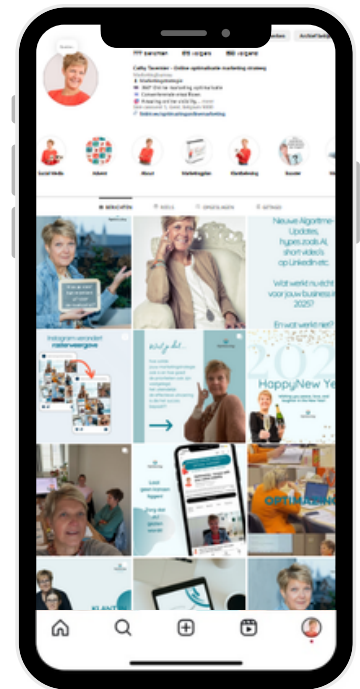
Afbeelding/Carrousel
1080 x 1350 pixels
(4:5)

Weergave
newsfeed



View grid op mobiel
1012 x 1350 pixels
(3:4)

Weergave grid met verschil op
mobiel en desktop



View grid op desktop
1080 x 1080 pixels
(1:1)

Vierkante afbeeldingen: 1080 x 1080 pixels zijn nog steeds mogelijk, maar in de grid worden ze getoond met de afmetingen 1012 x 1350 pixels.

M.a.w. de view op de mobiele versie is altijd verticaal... Want ja, momenteel is de grid view via de desktop nog steeds vierkant. Of dit nog verandert... Dat wordt afwachten.

En wil je het helemaal correct aanpakken?

Houd dan ook rekening met het centrale zichtbare gebied. Laat aan de boven-, onder- en zijkanten telkens minstens 135 px witruimte vrij om te voorkomen dat belangrijke elementen worden afgesneden.

Zie de video over het mobile proof instellen van de hulplijnen in jouw Instagram Post op de vorige pagina.

Stories: afbeelding 1080 x 1920 pixels (9:16). Het veilige gebied voor jouw tekst is 1080 x 1610 pixels. Voorzie dus voldoende witruimte boven- en onderaan.

SOCIAL MEDIA AFMETINGEN 2026

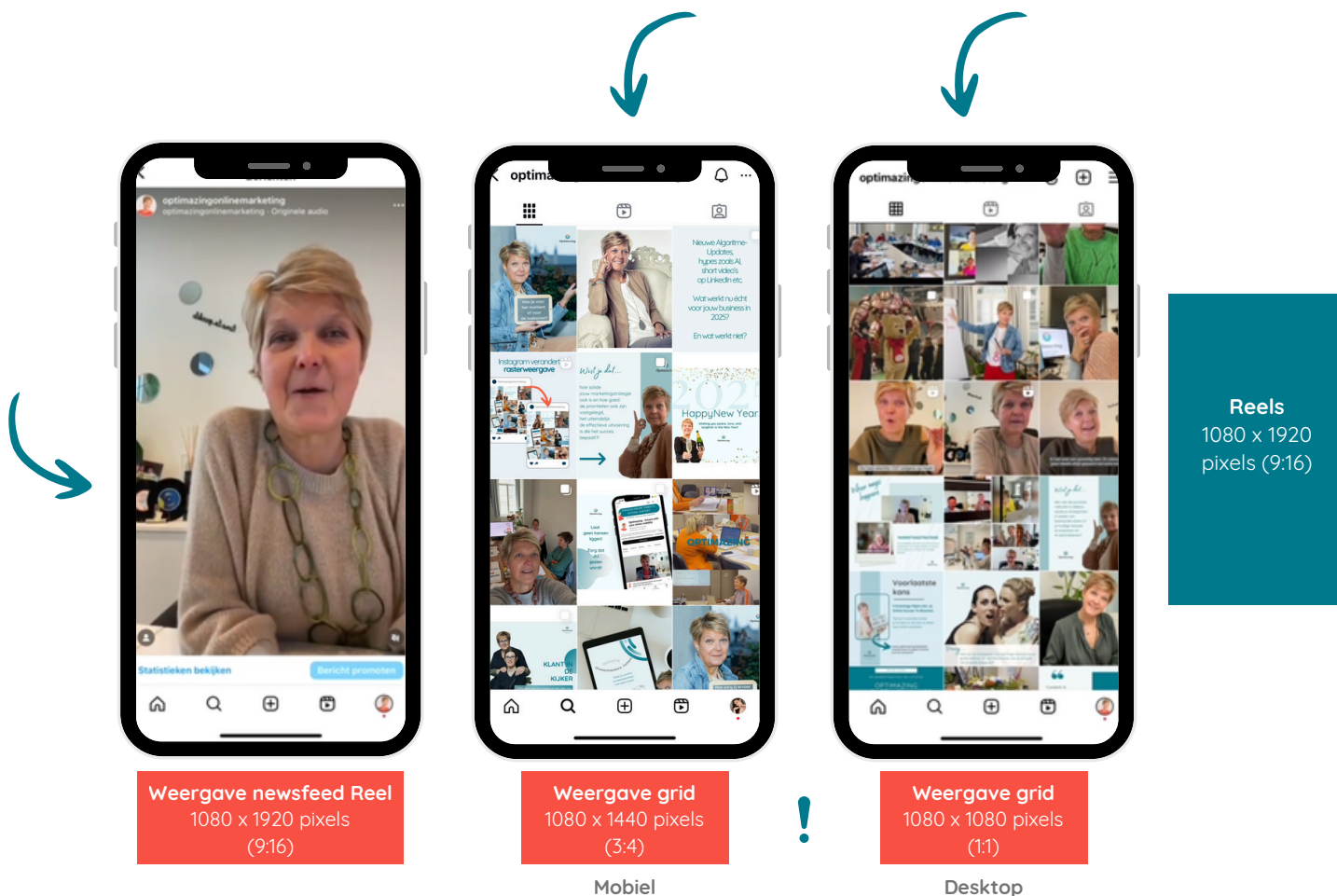
Instagramvideo's

Er zijn verschillende mogelijkheden van video's op Instagram:

- Video's in de Stories zijn maximaal 15 seconden lang en zijn verticaal met de beeldverhouding 9:16.
- Reels: afbeelding 1080 x 1920 pixels (9:16), verticaal dus. MAAR in de grid wordt de Reel getoond met de afmetingen 1080 x 1440 pixels...
Frustratie alom, maar ook hier: het is wat het is!

Hou er dus rekening mee om boven- en onderaan genoeg witruimte te voorzien.

De maximale lengte van een Reel is nu 3 minuten. Wil je een langere video delen? Upload deze dan zoals je een afbeelding zou plaatsen. Zo kun je zonder problemen een langere video posten!



SOCIAL MEDIA AFMETINGEN 2026

YouTube

Het enige wat je nog kan instellen is de profielfoto en de kanaal banner.

- Profielfoto: 800 x 800 pixels, dat normaal wordt aangepast naar 55 x 55 pixels.
- Het is belangrijk ervoor te zorgen dat jouw YouTube banner op alle apparaten werkt; zo ook TV. Men raadt aan om een afbeelding van 2560 x 1440 pixels op te laden, waarvan de belangrijkste info in het middelste gedeelte staat (1546 x 423 pixels).



Google Mijn Bedrijf

- Profielfoto: 250 x 250 pixels.
- Omslagfoto: 1080 x 608 pixels (min. 480 x 270 pixels)
- Gedeelde afbeeldingen: 497 x 373 pixels
- Google post: 800 x 600 pixels. Je kan bij het opmaken van jouw post de afbeelding bijsnijden.

TikTok

- Profielfoto: 200 x 200 pixels.
- Liggende afbeelding: 1920 x 1080 pixels. Wanneer je het hele beeld wenst te vullen.
- Staande afbeelding: 1080 x 1920 pixels. De standaard voor Tik Tok video's.
- Vierkante afbeelding: 1080 x 1080 pixels. Goed voor diverse content
- Stories: 1080 x 1920 pixels. Ook hier groot, voor maximale zichtbaarheid



ENKELE TIPS

die de impact vergroten...

- Idealiter gebruik je op ieder platform dezelfde profielfoto. Dit zorgt voor de nodige herkenning op de verschillende platformen. Gebruik dus ook op de andere platformen jouw eigen foto of dat van jouw team i.p.v. jouw logo. Mensen doen immers business met mensen en niet met een logo. Zorg voor een professionele en duidelijke foto waarop jouw gezicht goed te zien is. Gebruik dus best geen zij-aanzicht.

Op de LinkedIn bedrijfspagina kan je wel jouw logo gebruiken. Dat maakt het bij het reageren en inplannen ook makkelijker voor jou om te zien hoe jij reageert; hetzij persoonlijk, hetzij als jouw persoonlijk profiel.

- Idem verhaal voor jouw header of omslagfoto: gebruik hierbij - mits de afmetingen aan te passen, dezelfde inhoud voor de verschillende platformen.
De omslagfoto is de 1ste indruk die men krijgt bij het bezoeken van jouw Facebookpagina. Wist je trouwens dat de omslagfoto op Facebook aanklikbaar is en je hier dus extra info kan plaatsen met bv. de link naar jouw webinar of een andere gratis weggever?
De omslagfoto op LinkedIn is niet aanklikbaar, maar hierin kan je de URL gerust vermelden en deze alvast toevoegen aan de extra knop in jouw profiel die je creëert via de creator modus.

Voorzie telkens genoeg witruimte rondom, zodat je omslagfoto ook mobile proof is!

Wissel af en toe ook eens van omslagfoto. Stem deze af op jouw marketingstrategie.

Gebruik op jouw persoonlijke profiel op Facebook en jouw Facebookpagina niet dezelfde omslagfoto. Zo behoud je het verschil tussen jouw persoonlijke en professioneel platform op Facebook. Dit voorkomt ook eventuele problemen met Facebook zelf. Want in tegenstelling met LinkedIn - waar jouw persoonlijk profiel nog altijd belangrijker is dan jouw bedrijfspagina - moet je op Facebook wel degelijk jouw professionele posts plaatsen vanuit jouw Facebookpagina.

Uiteraard kan je deze af en toe delen op jouw persoonlijke profiel. Niet andersom, want dan riskeer je mogelijks door Facebook geblokkeerd te worden.

- Wil je tijdbesparend werken en ben je actief op Instagram, dan is het goed om de afbeelding voor jouw posts vierkant te maken. Deze kan je dan opnieuw gebruiken voor jouw Facebook- en LinkedIn posts. Omgekeerd kan een een horizontale afbeelding niet gebruikt worden op Instagram en moet je die voor een gewone post dus gaan bijknippen tot een vierkant.
- Wist je dat het toevoegen van ondertiteling een groot verschil maakt bij video's? Ze zorgen ervoor dat je boodschap altijd overkomt, zelfs zonder geluid. Als extra cadeautje delen ik graag deze video waarin ik je stap voor stap toon hoe je in Canva verrassend eenvoudig ondertitels toevoegt in jouw video's. Scan de QR-code hieronder of [klik hier om de video te bekijken](#).



PS. Deze video komt uit een betalende training waardoor de QR-code soms niet werkt. Gebruik in dat geval de link in de tekst hierboven.

NICE TO KNOW

Verwachte updates...

Update Instagram: Meer controle over je Reels-feed

Instagram test nieuwe instellingen waarmee gebruikers meer invloed krijgen op welke onderwerpen en interesses het algoritme gebruikt voor hun Reels-feed. Zo zie je sneller content die beter aansluit bij jouw voorkeuren en krijg je meer grip op wat er in je feed verschijnt.

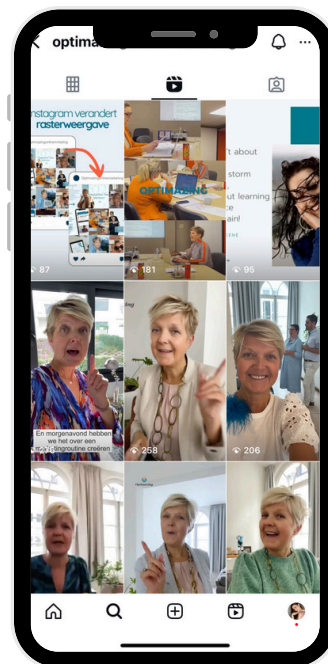
Update Instagram: AI-tools voor internationale content

Instagram breidt zijn AI-functionaliteiten verder uit, onder andere met automatische vertalingen en dubbing van Reels in meerdere talen. Hierdoor wordt content toegankelijker voor een internationaal publiek en kunnen merken hun bereik eenvoudiger vergroten over taalgrenzen heen.

Update Instagram: Beter vindbaarheid via zoekfunctie

Instagram zet steeds sterker in op de zoekfunctionaliteit binnen het platform. Posts en Reels worden beter vindbaar via zoekwoorden, locaties en interesses, waardoor het optimaliseren van captions en contentstructuur belangrijker wordt om organisch bereik te verhogen.

Jouw hoogtepunten



Jouw Reels

Veel succes!



Jouw online sparringpartner in ongekend online succes!

Als online optimalisatie marketingstrateeg geef ik jou de nodige begeleiding en ondersteuning op jouw weg naar authentieke zichtbaarheid met impact, zodat je erkend wordt als de expert binnen jouw vakgebied. Hierbij werk ik volledig op maat.

We bouwen aan een lange termijn vertrouwensrelatie met je ideale klant en dat steeds met oog voor jou als ondernemer en als mens. Samen implementeren we heel gericht jouw doelen.

Optimazing staat voor 'Amazing Online Visibility' met 'Optimal Support', meteen ook de slagzin van mijn business.

Website: <https://optimazing.be/>

Youtube: https://www.youtube.com/@OptimazingCathyTavernier?sub_confirmation=1

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/in/cathytavernier/>

Instagram: <https://www.instagram.com/optimazingonlinemarketing/>

Facebook: <https://www.facebook.com/CTOfficeOnlineMarketing>

© 2026

Ik heb veel tijd, moeite en passie in deze content gestoken om deze gratis met jou te delen. Als je het nuttig vindt, vraag ik je vriendelijk om het niet te kopiëren of te verspreiden zonder mijn toestemming. In plaats daarvan moedig ik je aan om anderen naar mijn website of sociale media te verwijzen, zodat zij ook kunnen profiteren van dit materiaal.

NOOT: Alles werd met zorg nagekeken, maar techniek doet soms zijn eigen ding.

Werkt een link niet? Stuur me gerust een mail via cathy@optimazing.be. Ik zorg dat je snel een werkende link ontvangt.



Optimazing

www.optimazing.be