

De lente staat op de stoep: 5 tips om ook je Tinder-profiel een opfrisser te geven





Amsterdam, 20 maart 2025 - De lente is begonnen en de jaarlijkse lenteschoonmaak is weer in volle gang. Van het opruimen van je huis tot het vervangen van je winter- naar zomerkleding. Tinder ziet elk jaar rond deze periode een toename in het aantal gebruikers dat hun profiel bijwerkt. Tijd dus om alles opnieuw onder de loep te nemen, en daar mag je Tinder-profiel niet bij ontbreken. Misschien zat je al te twijfelen of die ene foto nog wel leuk genoeg was, en of die bio nog wel duidelijk genoeg beschrijft wie je bent en wat je zoekt. Volgens Tinder's [Future of Dating Report](#), samen met de inzichten van datingexpert [Devyn Simone](#) zijn hier een paar simpele stappen om je profiel een upgrade te geven en het echt te laten opvallen. Let's go!

1. First things first: start met verificatie

Wist je dat je als foto-geverifieerde gebruiker op Tinder, je kans op een match met wel 10% (!) kunt verhogen? Dus als je nog niet geverifieerd bent: dit is jouw moment.

Om dat blauwe vinkje te krijgen, volg je deze simpele stappen:

- Open Tinder en tik op het profielicoon
- Tik op het grijze vinkje naast je naam
- Wanneer je "Verifieer je profiel" ziet, tik je op "Doorgaan"
- Als je dit nog niet hebt gedaan, geef Tinder toegang tot je camera
- Zet je gezicht in het ovaal en tik op "Aan de slag"
- Volg de aanwijzingen op het scherm om een korte video-selfie in te dienen

2. Interesses zijn het helemaal

Heb je een bijzondere interesse of heb je net iets nieuws ontdekt? Voeg het dan toe aan je profiel. Uit onderzoek van Tinder blijkt dat je minstens drie interesses moet toevoegen voor een succesvol profiel¹. Of het nu gaat om de sporten die je beoefent, de games die je speelt, of misschien je liefde voor astrologie. Wist je dat jezelf identificeren als een *foodie* één van de meest aantrekkelijke eigenschappen is voor de Nederlanders²? Het helpt een potentiële match je een beetje beter te leren kennen en je weet meteen waar je het op de eerste date over kan hebben.

3. Vervang die verouderde foto's

Gebruik je nog steeds foto's van een vriendenreis van twee jaar geleden? Het is tijd voor een update, en dat kan in minder dan 5 minuten. Kies een paar van je favoriete foto's uit je camerarol en vervang de oude foto's op je profiel. Tip: andere Tinder-gebruikers zijn dol op foto's met harige viervoeters. Als je een hond of kat hebt, zorg ervoor dat je die ook een mooi plekje geeft op jouw profiel.

4. Maak indruk met een opvallende bio

Tinder onderzocht dat gebruikers met bio's tussen de 15 en 45 woorden vaak meer succes hebben in de app⁴. Dus, neem de tijd om een bio te schrijven die de echte, authentieke jij weerspiegelt. Je bio is namelijk dé manier om potentiële matches een kijkje in je leven te geven. Train je voor een marathon of ben je bezig met het leren van een taal? Zet het erin! Misschien is het wel een leuke ijsbreker voor een gesprek. Datingexpert Devyn Simone, raadt aan om je persoonlijkheid kort en krachtig te laten zien in je bio.

5. DJ, draai nog maar een plaatje

Jonge singles op Tinder die een Spotify Anthem aan hun profiel toevoegen, zien bijna 10% meer matches! Wat staat er nu bij jou op repeat? De huidige top-Anthem voor de Nederlanders op Tinder is... Not Like Us, Kendrick Lamar (is dat ook die van jou?)⁵.

Het toevoegen van je favoriete nummer is een goede manier om gebruikers een inkijkje in jouw muzikale keuken te geven. Wie weet sta je dit weekend met je nieuwe Tinder-match wel links voor bij jullie favo band!

Met een paar simpele aanpassingen zorg je ervoor dat je profiel niet alleen opvalt, maar ook écht jouw unieke zelf weerspiegelt. Dus ga ervoor, geef je profiel die frisse lente-update, en wie weet komt er snel een match die net zo fris is als het nieuwe seizoen!

Over Devyn Simone

[Devyn Simone](#) is Tinder's *Resident Relationship Expert*. Ze is een internationaal gerenommeerde datingexpert, wiens begeleiding talloze singles heeft geholpen om een gelukkige, duurzame relatie te vinden.

¹Internal Tinder data 2023

²Internal Tinder Data 2023

³Data from Tinder's Interests feature from 1 Jan to 31 Dec 2024

⁴Internal Tinder Data 2023

⁵Data from Tinder's Interests feature from 1 Jan to 31 Dec 2024

<https://nl.tinderpressroom.com/nieuws?item=122640>