

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Alena.Mad



@alena_mad0

Здесь найдёте рецепты с полным описанием. Обсуждаем кино, книги, жизнь и конечно же спорим о вкусах 🤔❤️ Номер регистрации: 5279121140

ПОДПИСЧИКИ

67 623

+118 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

27.0%

за сутки 10.1%

ОХВАТ/ПОСТ

16.8K

рекл. охват 6.8K/24ч

— СОДЕРЖАНИЕ · 2026

Что внутри отчёта

- 01 Снимок канала**
12 ключевых метрик · AI-резюме
- 02 Контент-анализ**
Топ-5 постов · худшие 3 · выводы
- 03 Динамика подписчиков**
График за год · прирост
- 04 Цитируемость**
Кто и как упоминает канал
- 05 Рекламный потенциал**
Как долго пост приносит охват
- 06 Конкуренты**
Соседи по нише · ваше место
- 07 Динамика упоминаний**
6 месяцев · ежемесячно
- 08 Сравнение с нишей**
Позиция в категории «Еда и кулинария»
- 09 Стратегия**
5 приоритетных действий

РАЗДЕЛ 01 · СНИМОК КАНАЛА

Ключевые показатели канала

Каждая карточка — отдельный индикатор здоровья канала. Подзаголовок под цифрой говорит, за какой период она посчитана.

👤 подписчики 67 623 —	👁️ охват подписчиков 24.82% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 16.8K медиана 17.5K · 28 дней	📅 постов/нед. 2.2 за период
📈 тренд 7д — нет данных за период	💖 реакц./пост 390.2 всего 3 512 реакц., 891 реп., 287 комм.	📄 длина поста 882 зн. медиана 1000 · 28 дней	★ постов в анализе 9 28 дней
📈 рекл. охват 6.8K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +118 за последний месяц	📄 цитируемость 5 индекс цитирования · 22 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 2 года 7 месяцев создан 30.11.2023

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Alena.Mad» — 67 623 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 16.8K человек (25% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 2 поста в неделю (~0 в день) — редкие публикации.

РАЗДЕЛ 02 · КОНТЕНТ-АНАЛИЗ

Что заходит лучше всего

Топ постов по вовлечению и аутсайдеры — чтобы было видно, что повторять, а что убрать из ротации.

ЧТО ОБЩЕГО У УСПЕШНЫХ ПОСТОВ

- 01 Анализ построен по 9 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (9/9 постов).
- 03 Средняя длина поста — 882 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — пятница, 22:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (21.4K в среднем у топа vs 11.5K у худших) — среди 9 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 12.06 · 19:51 ВИДЕО Севиче из красной креветки с клубникой  • 300 г красных креветок • 6–8 ягод клубники • ¼ красной луковицы • сок 2 лаймов • цедра 1...	ПРОСМ. 22 664 РЕП. 107	РЕАКЦ. 602 ER 33.5%
№2 10.06 · 14:01 ВИДЕО Свекольник с кефиром и запечённой молодой картошкой Для свекольника: • 2 средние свёклы (около 500 г) • 2 крупных огурца редис 3-4...	ПРОСМ. 21 069 РЕП. 242	РЕАКЦ. 536 ER 31.2%
№3 18.06 · 15:15 ВИДЕО Карпаччо из инжира со страчателлой и анчоусами Раздавите 4–5 спелых инжиров дном стакана прямо на тарелке, чтобы получилась основа для...	ПРОСМ. 20 476 РЕП. 123	РЕАКЦ. 566 ER 30.3%

№4 10.06 · 07:15 ВИДЕО \$ Как живёт человек, который наконец вышел на новый уровень дохода Хорошо живёт. Перестает бесконечно думать о деньгах. Видит...	ПРОСМ. 17 764 РЕП. 24 РЕАКЦ. 143 ER 26.3%
№5 26.06 · 10:24 ВИДЕО Есть вещи, которые делают еду просто вкусной. А есть те, после которых ты думаешь о ней на следующий день. Сегодня именно такой рецепт. 🍔...	ПРОСМ. 17 533 РЕП. 156 РЕАКЦ. 441 ER 25.9%

|

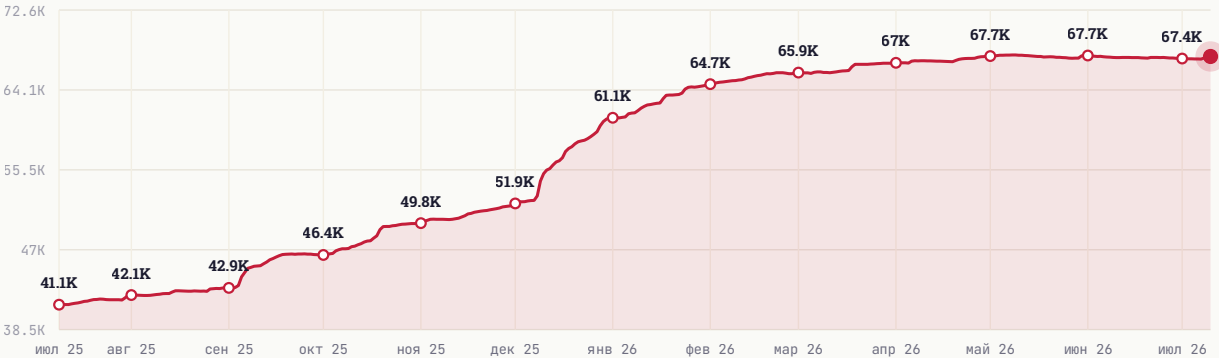
ХУДШИЕ 3

↓ 01.07 · 11:21 ВИДЕО Когда готовишь шашлык дома, самое сложное, это добиться той самой корочки снаружи и сочности внутри. В этот раз весь рецепт делала в...	ПРОСМ. 15 288 РЕП. 193 РЕАКЦ. 519 ER 22.6%
↓ 08.07 · 10:19 ВИДЕО Знаете, я вообще человек, которого очень сложно удивить уходом. Потому что за последние лет двадцать я перепробовала столько косметики...	ПРОСМ. 9 792 РЕП. 20 РЕАКЦ. 91 ER 14.5%
↓ 08.07 · 13:23 ВИДЕО Каждый год перед днём рождения у меня случается одно и то же. Какая-то странная грусть без причины. Начинаешь оглядываться назад...	ПРОСМ. 9 543 РЕП. 13 РЕАКЦ. 490 ER 14.1%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



НАЧАЛО ПЕРИОДА

41 120

СЕЙЧАС

67 624

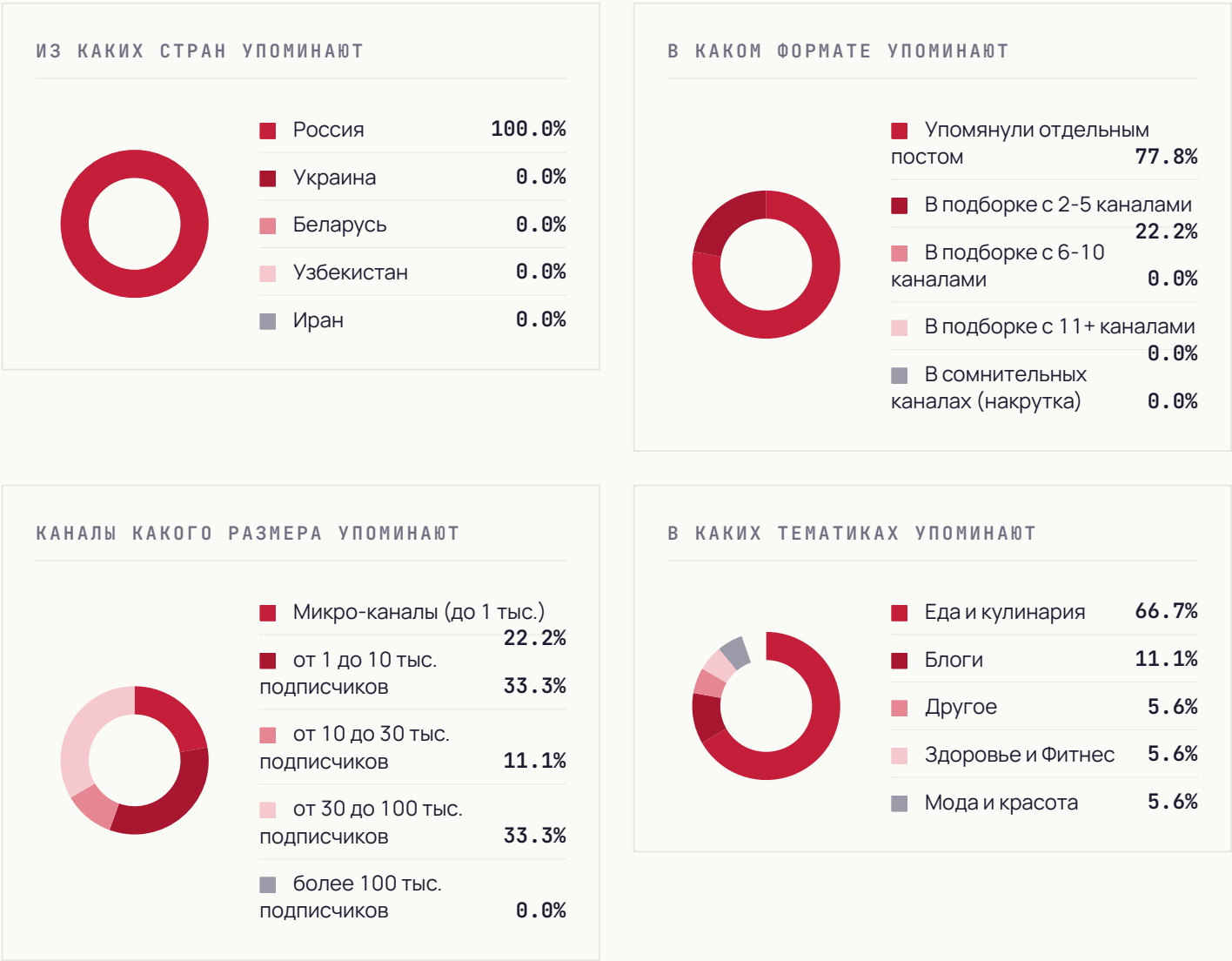
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+26 504

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

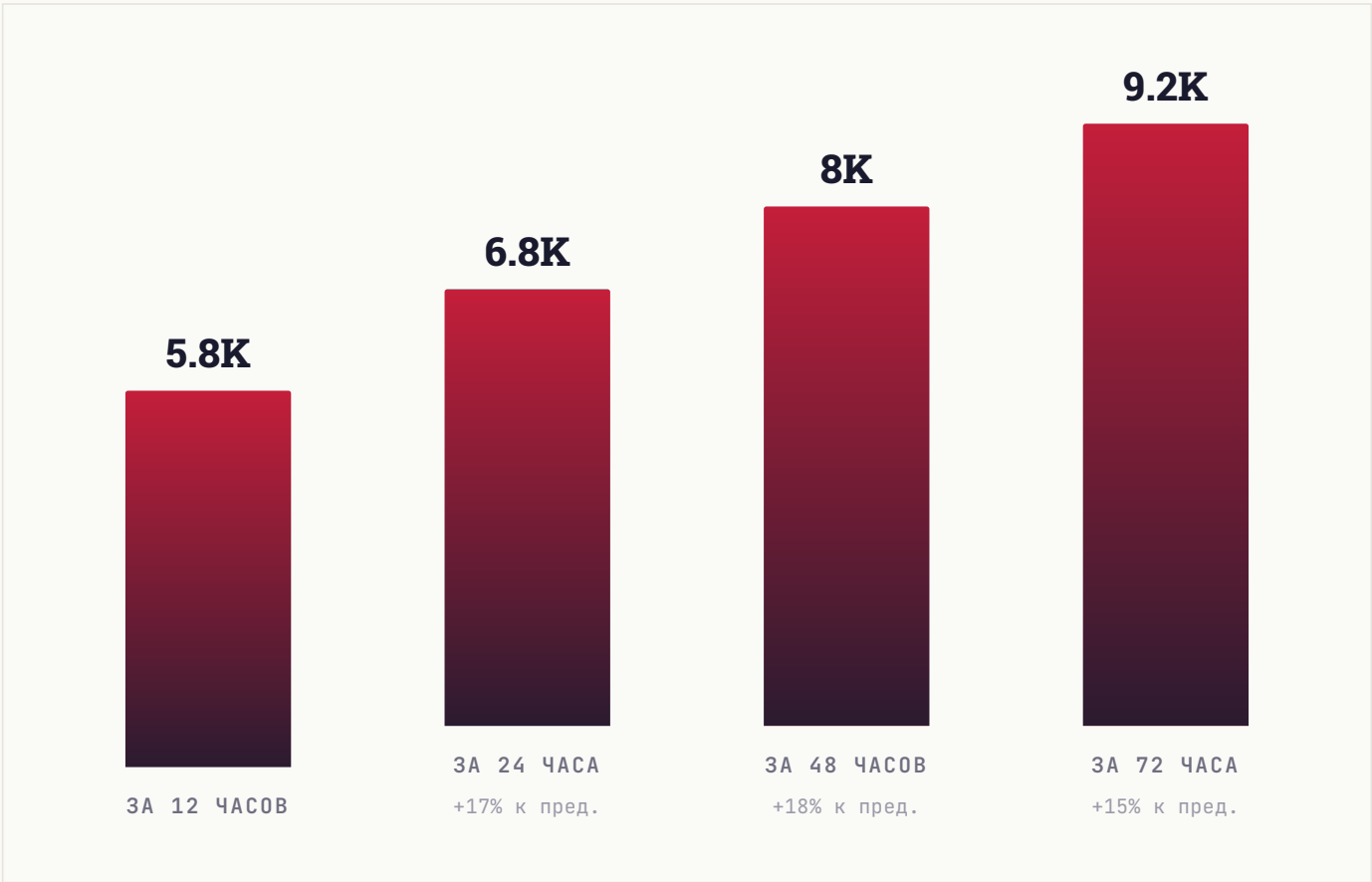
Индекс цитирования 5 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **22** разных каналов.



— РАЗДЕЛ 05 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Как долго пост приносит охват

Средний охват рекламного поста по времени с публикации. Помогает оценить, сколько имеет смысл «жить» размещению.



РАЗДЕЛ 06 · КОНКУРЕНТЫ

С кем вы конкурируете

11 ближайших каналов по тематике и аудитории. Подсветили ваш канал — видно, какое место он занимает среди соседей по нише.

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
КР Кулинария Рецепты Салаты 🍳	995.6K
ПЯ Пятёрочка	776.5K
М 🍰 Мамины Рецепты 😊	680.8K
А Аэрогриль Рецепты	593.3K
ПР Простые Рецепты	586.9K
КР Книга рецептов	559K
КН Кухня наизнанку	532.5K
ВИ Вкусно и дешево 🍪	487.7K
ЧИ ЧИЖИК	485.1K
РН Рецепты на каждый день	461.5K
AL Alena.Mad ВЫ	67.6K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-94 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — Кулинария Рецепты Салаты 🍳 (995.6K), медиана топ-94: 205K. Первая цель — войти в топ-94 через системную работу с трафиком и контентом.

— РАЗДЕЛ 07 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **10**, они привели **22 964** новых подписчиков.

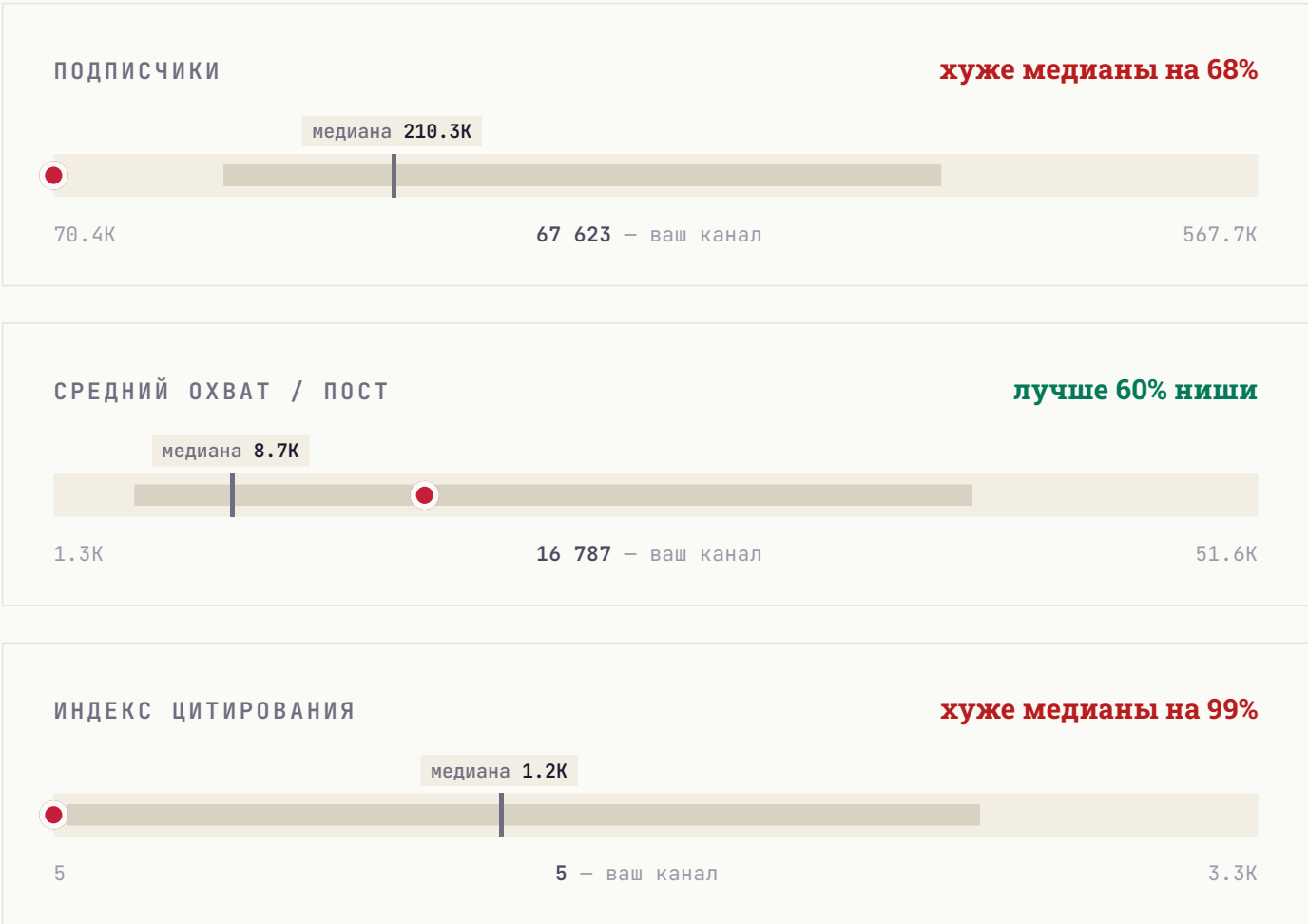
период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	0	0	3 594
Декабрь 2025	3	3	9 410
Ноябрь 2025	3	3	1 964
Октябрь 2025	2	2	3 354
Сентябрь 2025	1	1	3 703
Август 2025	1	1	939

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
10	6	22 964

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Взяли топ-100 каналов категории «Еда и кулинария» (Россия) и посмотрели, как канал выглядит на их фоне. Серая полоса — диапазон, в который попадают 80% каналов ниши (от p10 до p90). Чёрная вертикаль — медиана. Красная точка — ваш канал.



— РАЗДЕЛ 09 · СТРАТЕГИЯ

Что делать прямо сейчас

5 приоритетных действий, расставленных по ожидаемому эффекту. Можно отметить как чек-лист и вернуться к этому отчёту через месяц.

01

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 2.2 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в пятницу

В этот день и в 22:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

Системная закупка трафика

Три формата для вашего медиа: **Inhouse** (премиальные каналы), **Native** (естественные интеграции), **Premium** (целевая аудитория). PromptPress подбирает источники под нишу.

ЭФФЕКТ

**+1000-3000
подп.**

04

Тестировать опросы и интерактивные форматы

Posts с опросами/реакциями обычно дают +5-15% к ER. Один опрос в неделю на «горячую» тему — лёгкая точка роста.

ЭФФЕКТ

+5-15% ER

05

Кросс-промо с соседними каналами

Раз в квартал обмениваться постами с каналами того же сегмента. Не нужно делать каждый день — 2-3 коллабы дают релевантный прирост.

ЭФФЕКТ

**Прирост из
релевантной
аудитории**

★ ЧТО ДАЛЬШЕ

Хотите, чтобы это сделал **PromptPress**?

Этот аудит — то, что мы можем сделать за несколько минут на основе публичных данных. Если хочется идти дальше — запустите рекламу через нас и закройте план роста за месяц.

01	Запустить рекламу в Telegram	https://panel.promptpress.com/register
----	---	---

02	Связаться с менеджером	t.me/PromptPress_manager
----	-------------------------------	---
