

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала vera_churina



@churinave

Вера Чурина вкусно готовим, красиво одеваемся, болтаем о жизни :) сотрудничество: @verach93 <https://knd.gov.ru/license?id=673a2c8031a9292acd11afc1&istryType=bloggersPermission>

ПОДПИСЧИКИ

8 994

-87 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

6.0%

за сутки 2.3%

ОХВАТ/ПОСТ

496

рекл. охват 204/24ч

— 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 «Инстаграм»
- 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 8 994 —	👁️ охват поста 5.51% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 496 медиана 514 · 27 дней	📅 постов/нед. 6.8 за период
📈 тренд 7д +7.9% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 14.7 всего 396 реакц., 63 реп., 135 комм.	📄 длина поста 356 зн. медиана 270 · 27 дней	★ постов в анализе 27 27 дней
📈 рекл. охват 204 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -87 за последний месяц	📄 цитируемость 170 индекс цитирования · 384 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 6 лет 2 месяца создан 13.07.2020

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «vera_churina» — 8 994 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 496 человек (6% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 7 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 28 сентября – 4 октября охваты выросли на +7.9% к неделе 21–27 сентября — позитивная динамика.

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 27 постам за 27 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (13/27 постов).
- 03 Средняя длина поста — 356 знаков (медиана 270).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 15:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (612 в среднем у топа vs 388 у худших) — среди 27 постов за 27 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 30.09 · 12:26 ФОТО а это я вчера была на открытии невероятно красивого IDOL! Столешников 13/15 дизайн, новая коллекция, презентация — все разбило мое...	ПРОСМ. 621 РЕП. 2	РЕАКЦ. 14 ER 6.9%
№2 24.09 · 19:08 ФОТО я еще даже не показала всего того, где мы были, что у нас было, но все это стоит того 🍂🍁 осень на круизе с Volga Dream — идеальное...	ПРОСМ. 616 РЕП. 3	РЕАКЦ. 19 ER 6.8%
№3 30.09 · 17:27 ТЕКСТ вернули дуги обратно так выпить хочется 😊 /кто носил брекетy точно поймет/	ПРОСМ. 600 РЕП. —	РЕАКЦ. 16 ER 6.7%

№4 14.09 · 14:06 ТЕКСТ короче, вот надеюсь, что я несу то звание блогера, который «влияет» потому что мы с вами уже столько всего сделали: и генетические тесты...	ПРОСМ. 594 РЕП. 3 РЕАКЦ. 23 ER 6.6%
№5 15.09 · 08:28 ФОТО этот образ ❤️ брюки Chalaia кардиган Voishe (тут у меня есть промик на весь ассортимент) куртка Lime сумка SMB	ПРОСМ. 584 РЕП. 1 РЕАКЦ. 10 ER 6.5%

|

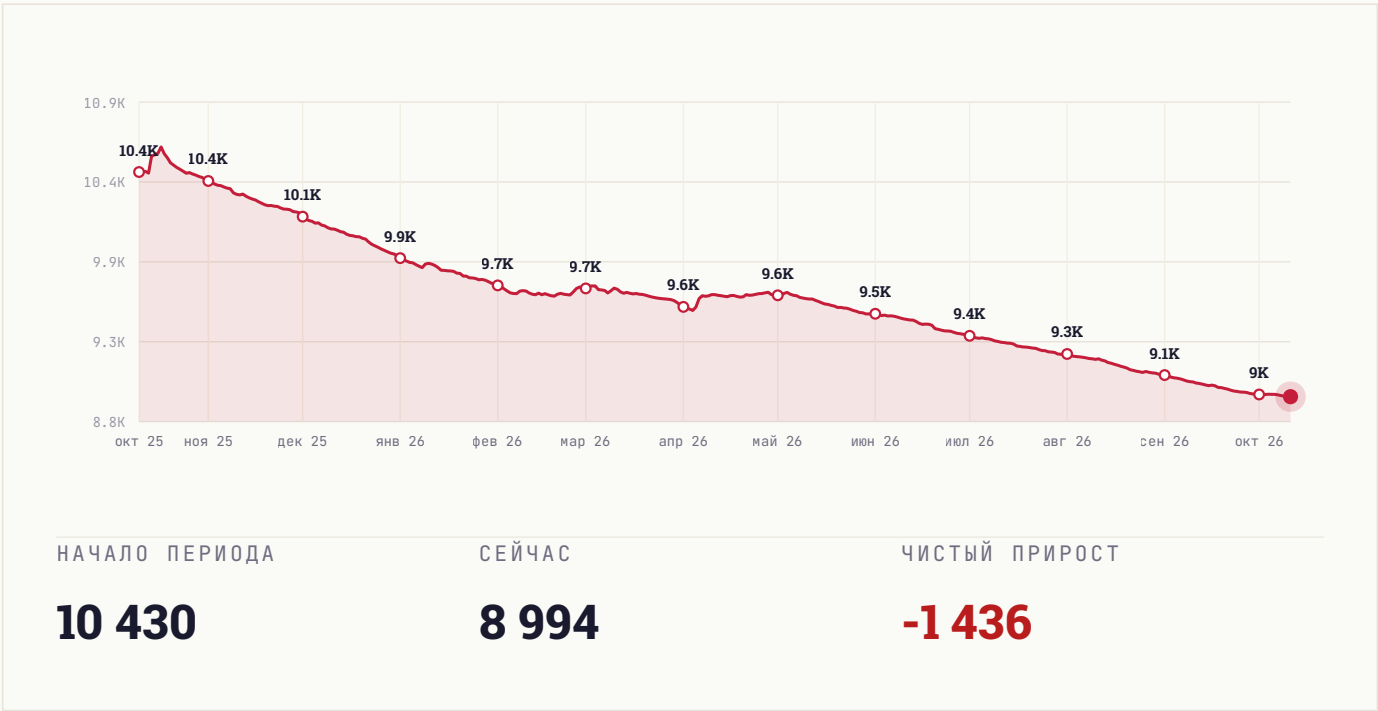
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 20.09 · 08:19 ТЕКСТ я так благодарю себя за все эти шаги да, бесит, да, сложно порой, да, устаешь искать специалистов но короче ... неделю как пользуюсь...	ПРОСМ. 453 РЕП. — РЕАКЦ. 14 ER 5.0%
↓ 05.10 · 12:13 ТЕКСТ я так хочу в Лондон 🥺😭💔	ПРОСМ. 409 РЕП. 1 РЕАКЦ. 11 ER 4.5%
↓ 07.10 · 15:40 ФОТО знаете что поняла? Я обожаю универсальные вещи, которые на многие года, и в пир, и в мир :) вот год назад я взяла брюки, пиджак и лонгслив...	ПРОСМ. 304 РЕП. 1 РЕАКЦ. 12 ER 3.4%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

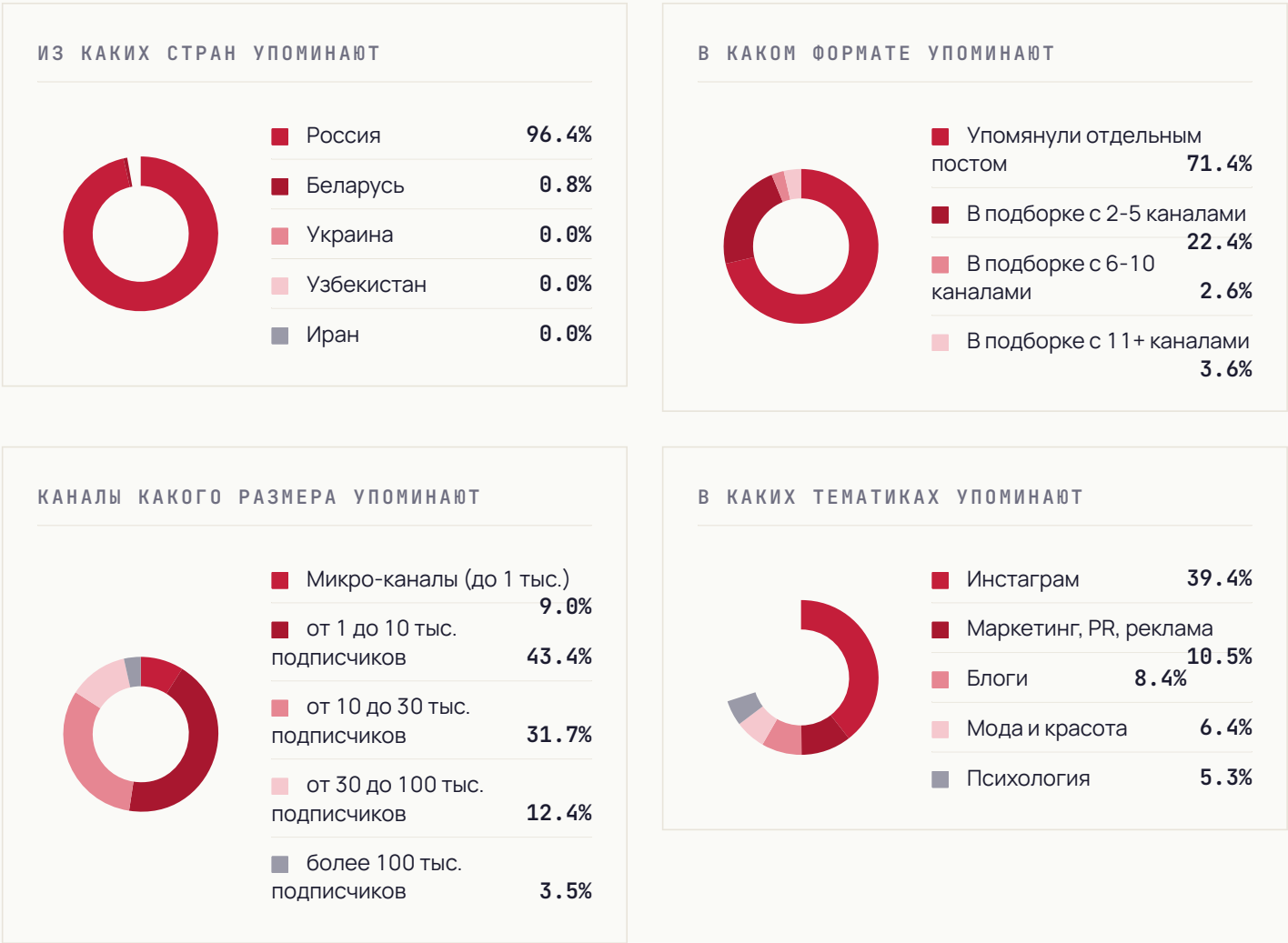
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

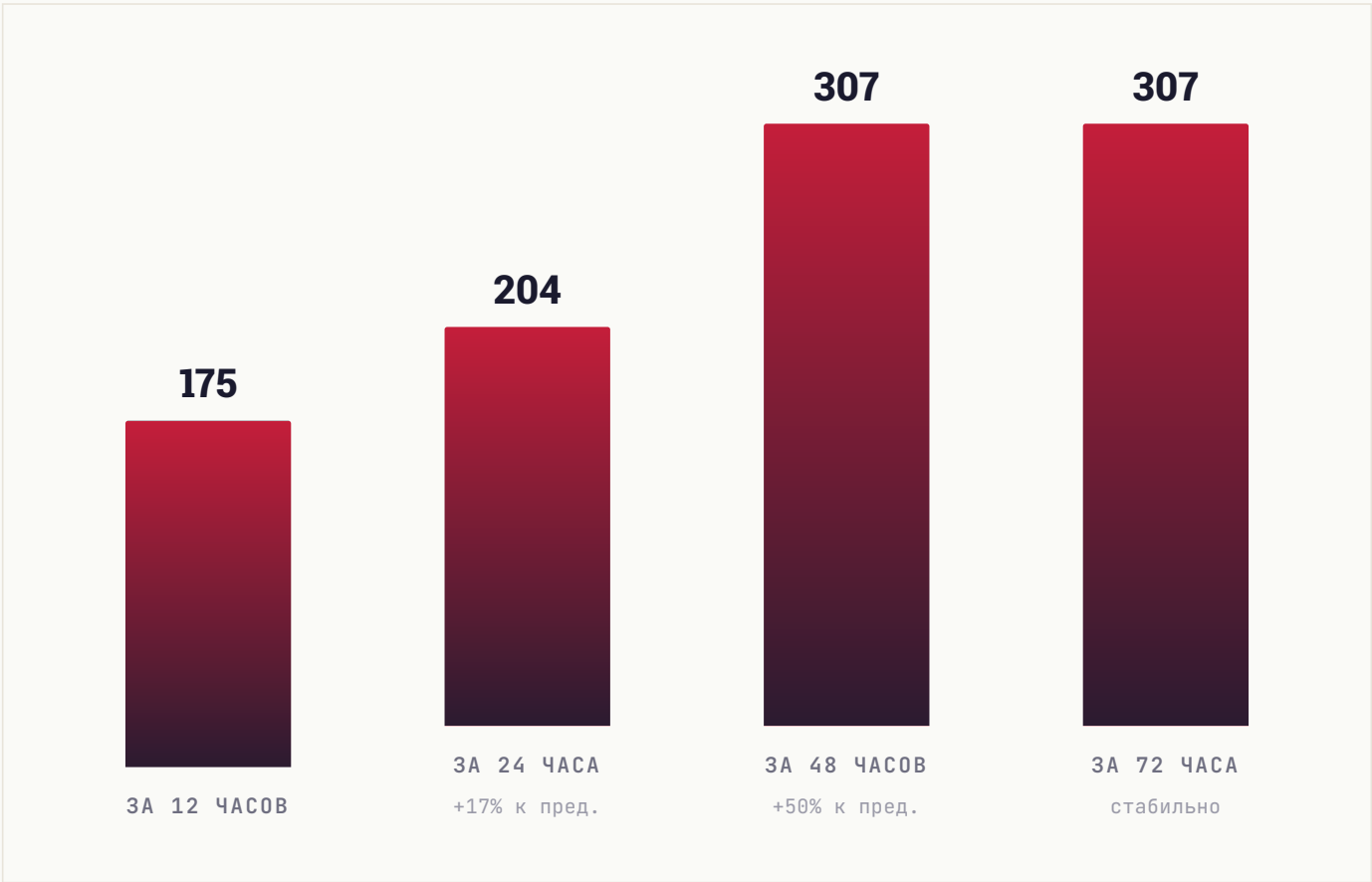
Индекс цитирования **170** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **384** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
ПВ Психология в бизнесе. Вероника Кромберггер	14.5K
РК Рилс, клипы с анягал	14.4K
ГЧ Гал, что за дела?	10.2K
VE vera_churina ВЫ	9K
МВ Мелена Визуалити	9K
ВИ Виола.	7.2K
О& olyaponch·pinterest & блогинг	7K
КО Козлова о важном	5.3K
·М · мир @pavllann ·	4.2K
КС контентмастерская смыслов	3.1K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (4-е место из 10). 3 канала крупнее, 6 — мельче. Хорошие варианты для взаимного размена постов в обе стороны:
наверх — чтобы вырасти, вниз — чтобы помочь меньшим коллегам.

— 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 **16**, а канал за это время прибавил **344** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	4	4	147
Март 2026	1	1	54
Февраль 2026	7	6	106
Январь 2026	2	2	29
Декабрь 2025	2	2	2
Ноябрь 2025	0	0	6

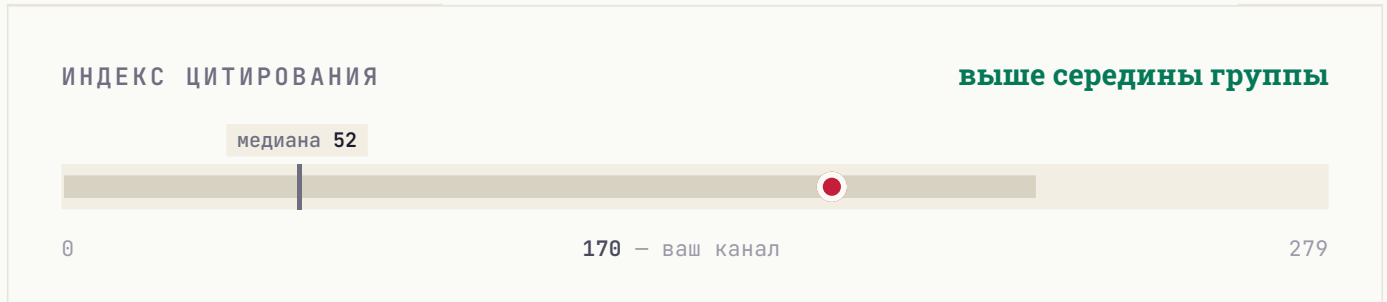
всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
16	6	344

— РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **67 каналов** категории «Инстаграм» от 3 тыс. до 27 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.





Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — **индекс цитирования**. Это то, на чём стоит строить рост.

— 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

Главный пост недели — в среда

В этот день и в 15:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

Увеличить долю видео-постов

Видео в Telegram удерживает аудиторию дольше и лучше воспринимается алгоритмом. Рекомендуем доводить долю до 15-25%.

ЭФФЕКТ

**Видео лучше
удерживает
аудиторию**

03

Системная закупка трафика

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

ЭФФЕКТ

**объём под
задачу**

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 мы сделали 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
----	-------------------------------	---
