

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Культура

здоровья



@kulturazdorovya

Официальный канал национального научного центра развития здравоохранения имени Салидат Каирбековой МЗ РК по вопросам культуры здоровья. Рассказываем о здоровых привычках, профилактике и простых...

ПОДПИСЧИКИ

3 446

+246 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

23.0%

за сутки 7.7%

ОХВАТ/ПОСТ

791

рекл. охват 263/24ч

— 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

Рекламный потенциал

Как долго пост приносит охват
- 05

Сравнение с нишей

Позиция в категории «Здоровье и Фитнес»
- 06

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 3 446 —	👁️ охват поста 22.95% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 791 медиана 749 · 25 дней	📅 постов/нед. 3.1 за период
💖 реакц./пост 5.1 всего 56 реакц., 28 реп., 4 комм.	📄 длина поста 1 000 зн. медиана 1000 · 25 дней	⭐ постов в анализе 11 25 дней	📈 рекл. охват 263 среднее за 24ч
💖 отток / месяц +246 за последний месяц	📄 цитируемость 0 индекс цитирования · 2 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 6 месяцев 22 дня создан 17.02.2026	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Культура здоровья» — 3 446 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 791 человек (23% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 3 постов 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 11 постам за 25 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (10/11 постов).
- 03 Средняя длина поста — 1000 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 18:00 ALMT.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (1.2K в среднем у топа vs 520 у худших) — среди 11 постов за 25 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 13.08 · 13:15 ФОТО  Тағамдық талшық: ол не үшін қажет және оны қайдан алуға болады? Тағамдық талшық - өсімдік тектес тағамдардың құрамында болатын қоректік...	ПРОСМ. 1 480 РЕП. 3	РЕАКЦ. 8 ER 42.9%
№2 12.08 · 13:15 ФОТО  Жастар денсаулық орталығына қандай сұрақтармен жүгінуге болады? Дәрігерге немесе психологқа мәселе күрделі болғанда ғана бару керек...	ПРОСМ. 1 190 РЕП. 2	РЕАКЦ. 4 ER 34.5%
№3 10.08 · 12:50 ВИДЕО  «Ozindi tap» Жастар денсаулық орталығында Астанадағы нытинг ұйымдастырушысымен бірлесіп, жасөспірімдерге арналған осындай кездесу алғаш...	ПРОСМ. 857 РЕП. 3	РЕАКЦ. 4 ER 24.9%

Nº4 12.08 · 07:15 ФОТО 💬 12 тамыз - Халықаралық жастар күні 2026 жылы БҰҰ Халықаралық жастар күнінің тақырыбы ретінде «Әртүрлі жағдайлар, ортақ ұмтылыстар»...	ПРОСМ. 792 РЕП. 3	РЕАКЦ. 7 ER 23.0%
Nº5 11.08 · 13:15 ФОТО ☀️ УК-индекс: ауа райы болжамындағы сан нені білдіреді? Ауа райы болжамында температураның жанынан UV немесе УК-индекс көрсеткішін көруге...	ПРОСМ. 777 РЕП. 2	РЕАКЦ. 8 ER 22.5%

|

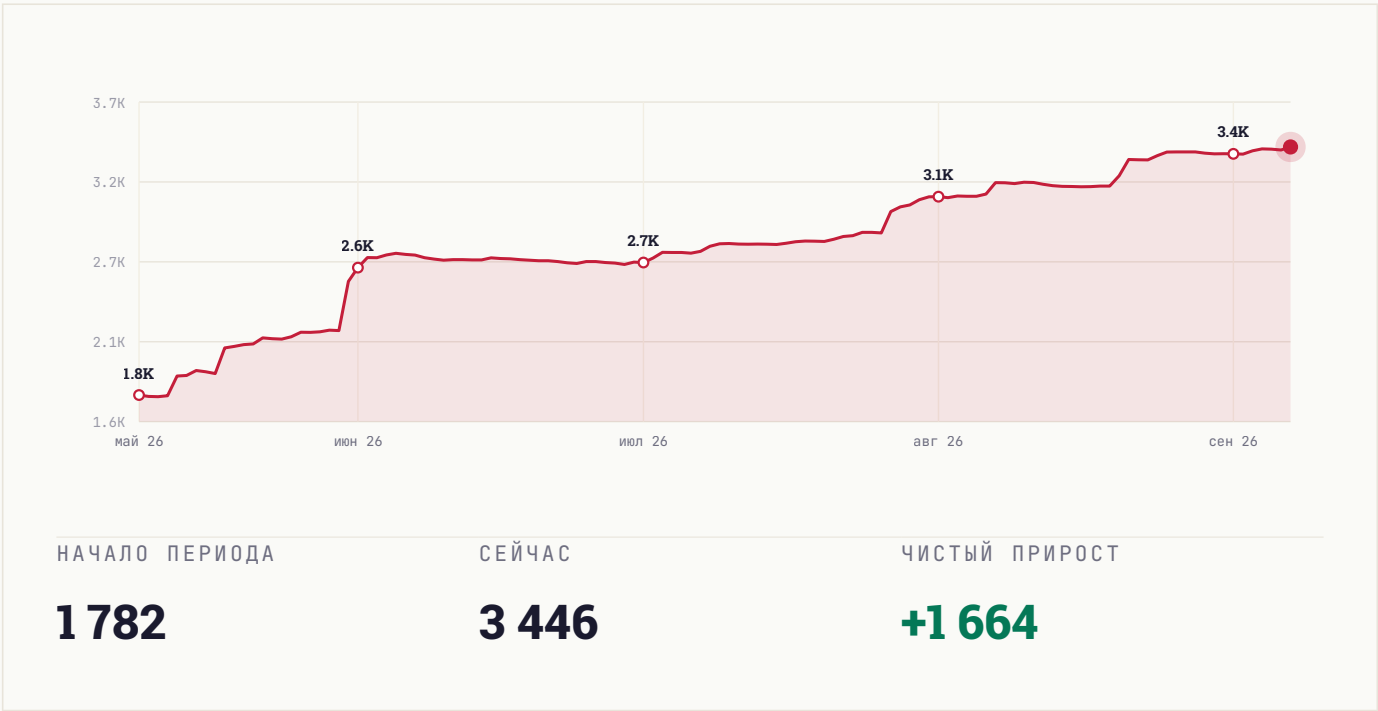
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 01.09 · 13:15 ФОТО 😴 Оқушының ұйқы режимін күрт ерте тұрғызбай қалай қалпына келтіруге болады? Демалыстан кейін бір күннің ішінде кеш түрудан таңғы...	ПРОСМ. 617 РЕП. 2	РЕАКЦ. 5 ER 17.9%
↓ 03.09 · 13:15 ФОТО 🍲 Жұмыс күніндегі таңғы ас: бір сағаттан кейін қайта ашықпауға не көмектеседі? Таңғы астың бәрі бірдей ұзақ уақытқа тоқтық сезімін...	ПРОСМ. 504 РЕП. 3	РЕАКЦ. 4 ER 14.6%
↓ 04.09 · 13:15 ФОТО 😷 Инфекция белгілері болғанда қай кезде үйде қалған дұрыс? Мұрыннан су ағу немесе тамақтың аздап жыбырлауы барлық жоспардан бірден бас...	ПРОСМ. 441 РЕП. 2	РЕАКЦ. 2 ER 12.8%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

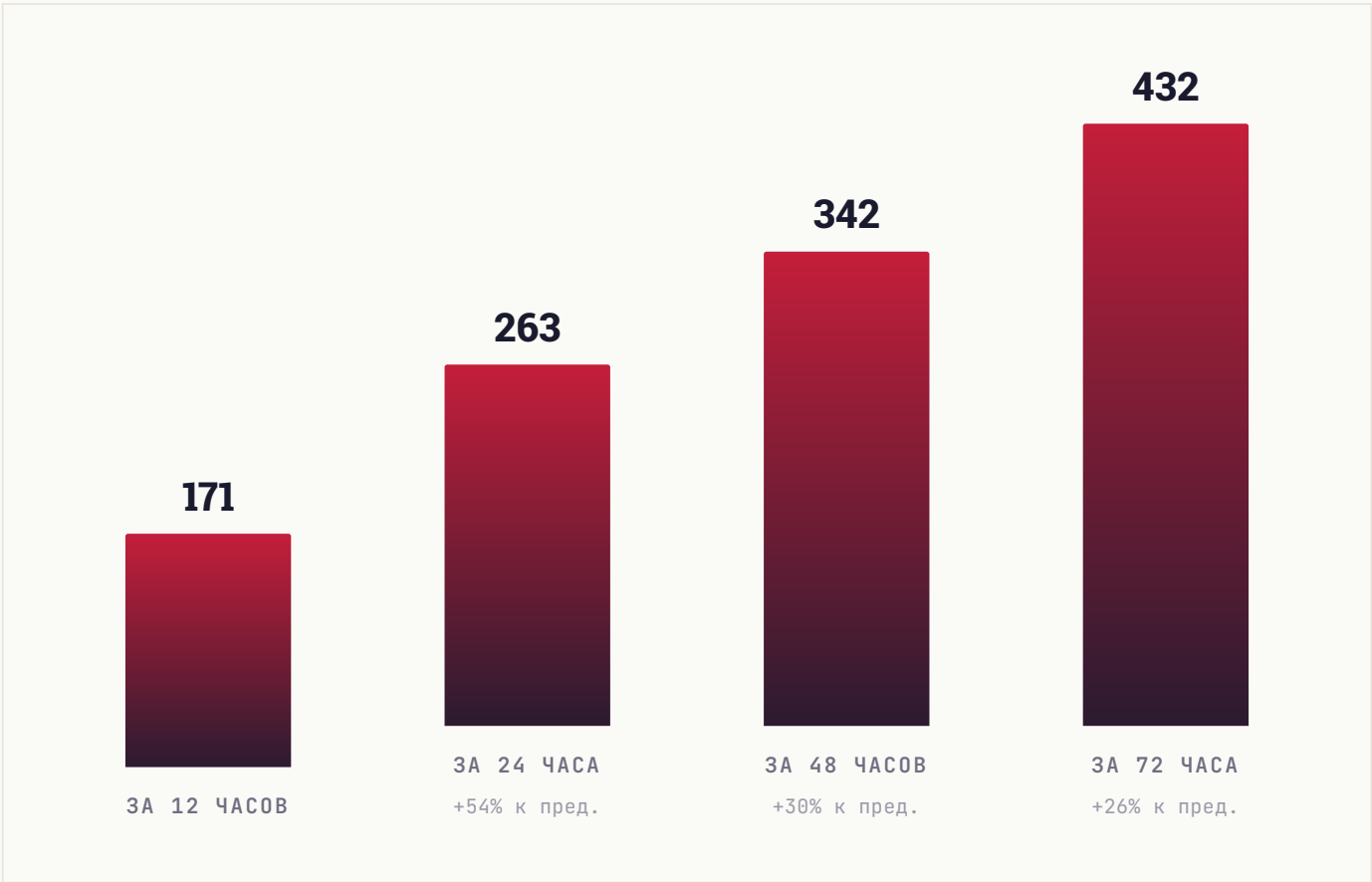
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



— РАЗДЕЛ 04 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Как долго пост приносит охват

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



Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **66 каналов** категории «**Здоровье и Фитнес**» от 344 до 34 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

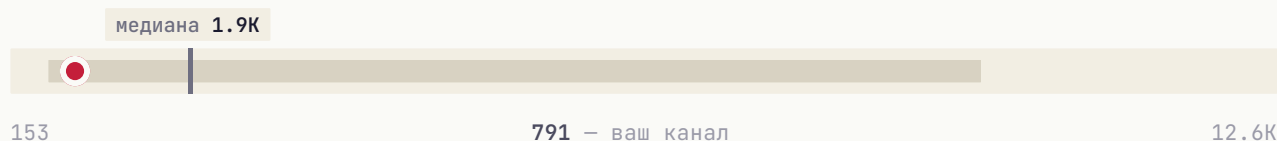
#64 / 66

Место 64 из 66 каналов сопоставимого размера

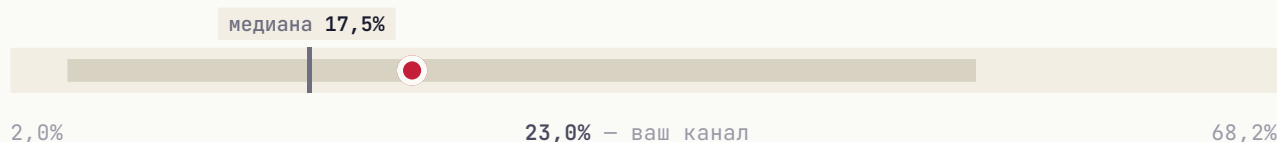
ниже своей группы



в пределах группы, ниже середины



выше середины группы





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

— РАЗДЕЛ 06 · 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 3.1 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в среда

В этот день и в 18:00 ALMT аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

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**

04

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**

05

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

★ 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
----	-------------------------------	---
