

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Елена @lenin_dom



@lenin_dom

Готовим со вкусом ❤️ Pr: @shelSm PKH: <https://knd.gov.ru/license?id=676429516aa9672b96f0a077@istryType=bloggersPermission>

ПОДПИСЧИКИ

58 267

-550 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

10.0%

за сутки **5.2%**

ОХВАТ/ПОСТ

5.6K

рекл. охват **3K**/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 «Блоги»
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 58 267 —	👁️ охват поста 9.58% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 5.6K медиана 5.6K · 28 дней	📅 постов/нед. 10.2 за период
📈 тренд 7д -3.7% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 145.5 всего 6 109 реакц., 1 388 реп., 54 комм.	📄 длина поста 617 зн. медиана 656 · 28 дней	★ постов в анализе 42 28 дней
📈 рекл. охват 3K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -550 за последний месяц	📄 цитируемость 17 индекс цитирования · 42 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 6 месяцев создан 24.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Елена @lenin_dom» — 58 267 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 5.6K человек (10% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 10 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 17–23 августа охваты стабильны (-3.7% к неделе 10–16 августа).

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 42 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (34/42 постов).
- 03 Средняя длина поста — 617 знаков (медиана 656).
- 04 Пик активности аудитории — суббота, 13:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (7.2K в среднем у топа vs 4.1K у худших) — среди 42 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 08.08 · 10:01 ВИДЕО 🔥 ЗАПРАВКА ДЛЯ РАССОЛЬНИКА С ПЕРЛОВКОЙ (Заготовки) Можно хранить при комнатной температуре в темном месте. Я храню в шкафу ♦ перловка -...	ПРОСМ. 7 597 РЕП. 115	РЕАКЦ. 150 ER 13.0%
№2 07.08 · 09:28 ВИДЕО Девочки, кто сейчас занимается заготовками, хочу вам напомнить очень классный рецепт. Я в прошлом году делала сразу две нормы и нам их на...	ПРОСМ. 7 157 РЕП. 162	РЕАКЦ. 136 ER 12.3%
№3 02.08 · 10:16 ВИДЕО Ну что, сегодня воскресенье, а значит, у нас снова ваша любимая рубрика «Завтрак от Александра» 😊 Но сегодня сначала хочется поздравить...	ПРОСМ. 6 995 РЕП. 16	РЕАКЦ. 150 ER 12.0%

Nº4

05.08 · 06:09

ВИДЕО

Ловите идею завтрака 🔍

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
6 663	119
РЕП.	ER
29	11.4%

Nº5

05.08 · 10:43

ФОТО

Девочки, вы часто спрашиваете меня, как мне удаётся так хорошо выглядеть 😊 Вы уже знаете: моё утро начинается с йоги. Я встаю рано и 30...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
6 636	57
РЕП.	ER
1	11.4%

|

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓

24.08 · 13:03

ВИДЕО

Сегодня у нас с Теюшей большая стирка 🧺 С такой помощницей я быстро управлюсь 😁😁

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
4 408	120
РЕП.	ER
1	7.6%

↓

26.08 · 06:59

ВИДЕО

Всем привет, мои дорогие! Доброе утро! ☀️ Ловите идею вкусного завтрака или быстрого перекуса. Всё подробно показала в...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
3 977	111
РЕП.	ER
20	6.8%

↓

26.08 · 12:44

ФОТО

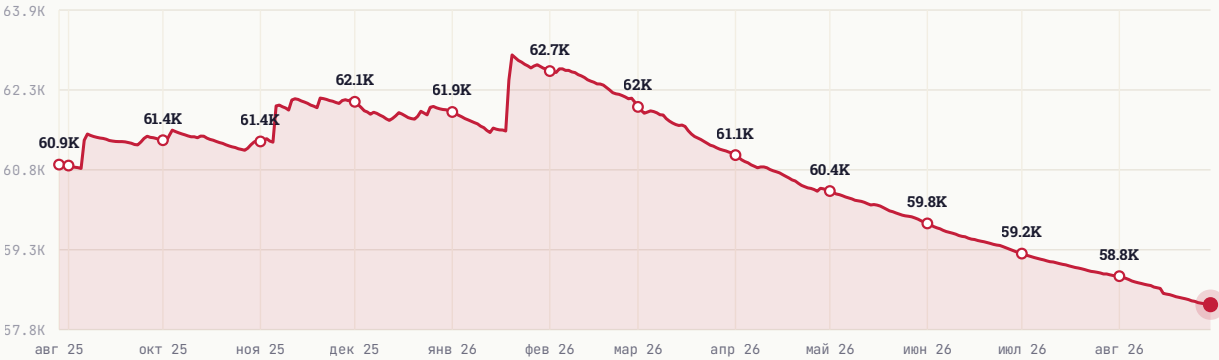
Интересные факты про котов 🐱 Знаете ли вы, почему коты способны пролезть даже в самые узкие щели? 😊 Всё дело в их удивительной анатомии...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
3 971	148
РЕП.	ER
2	6.8%

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.

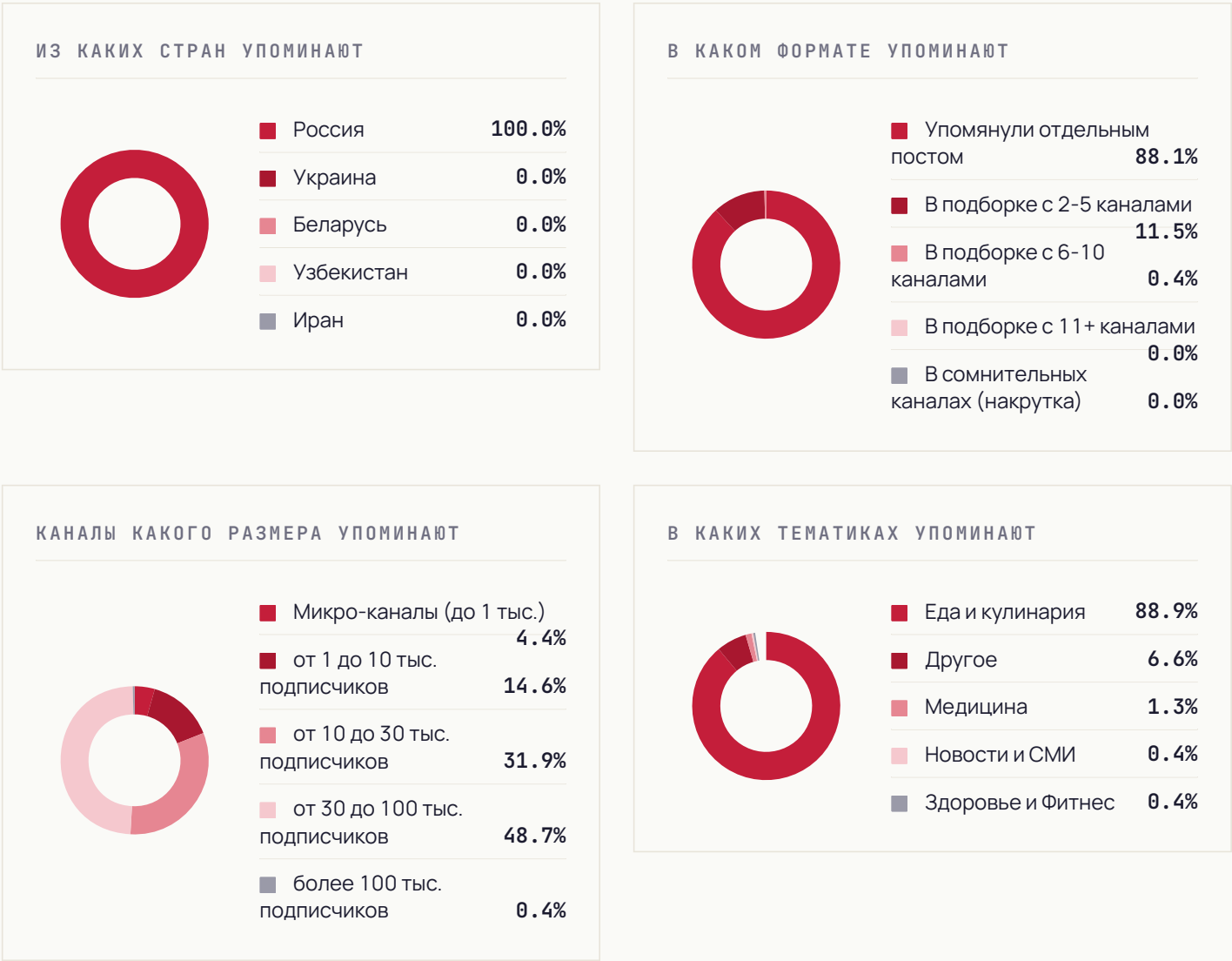


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
60 927	58 268	-2 659

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

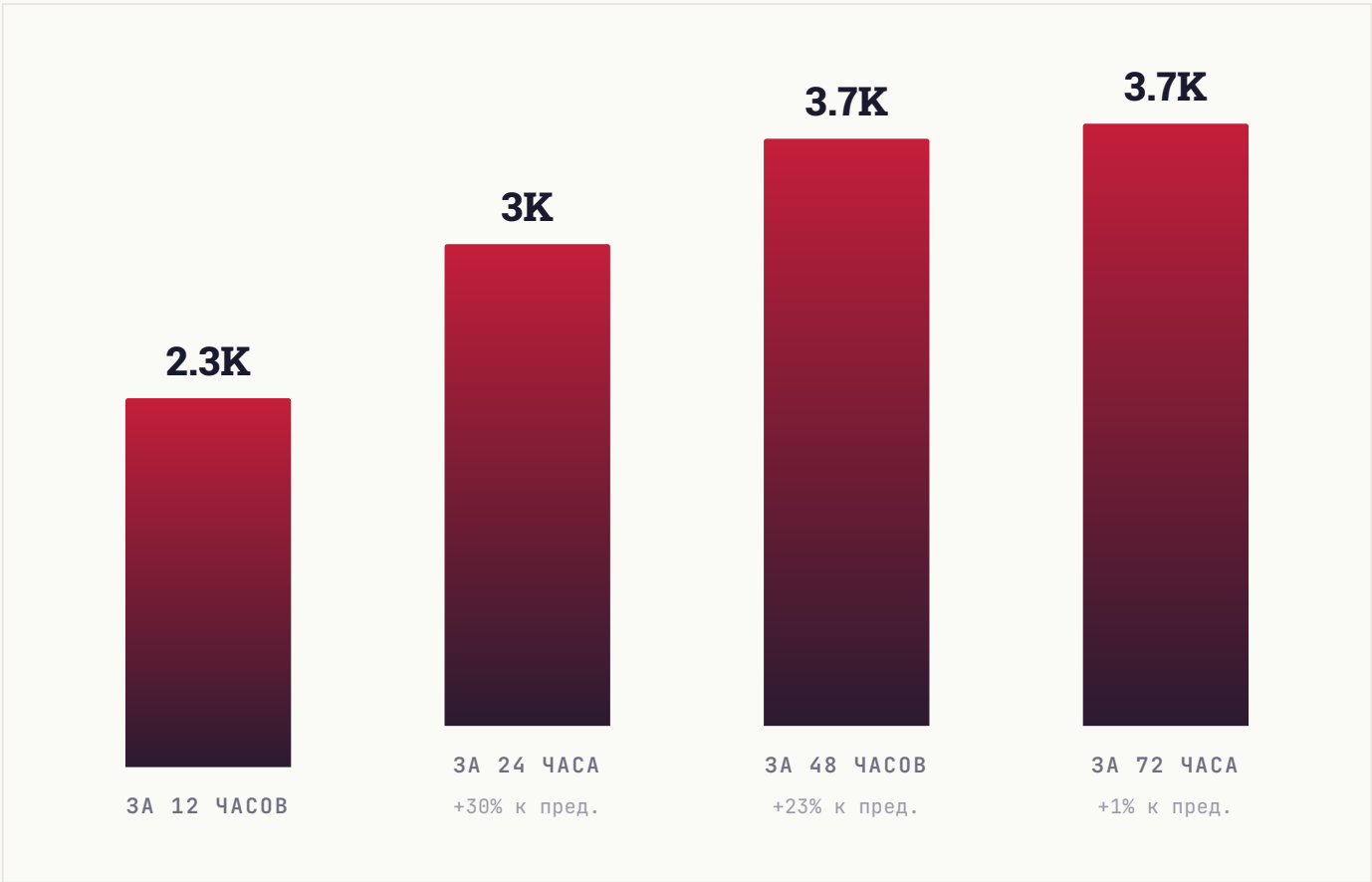
Индекс цитирования **17** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **42** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ		ПОДПИСЧИКИ
 venera_os 	Венера Осепчук	143.3K
 ДС	Доктор Смирнова	90.1K
 ЛО	Львова Ольга	75.5K
 А@	АДИЛЕ @adile.mommy 	70.9K
 МА	Mariya_Allabyan	66.7K
 Е@	Елена @lenin_dom 	58.3K
 DI	Diana_life	43.5K
 ВМ	Вика Машарипова	20.7K
 ГС	ГОТОВИМ СО СВЕТЛАНОЙ 	19.9K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (6-е место из 9). 5 каналов крупнее, 3 — 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 **17**, а канал за это время прибавил **4 664** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Февраль 2026	0	0	78
Январь 2026	6	6	1 586
Декабрь 2025	5	4	492
Ноябрь 2025	3	3	1 253
Октябрь 2025	1	1	437
Сентябрь 2025	2	2	818

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
17	6	4 664

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

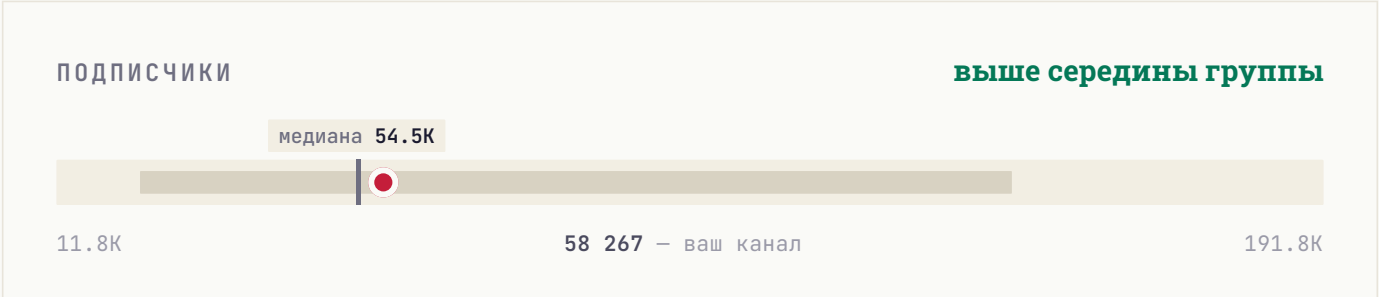
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **212 каналов** категории «Блоги» от 19 тыс. до 175 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#97 /212

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 97 из 212 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — подписчики. 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 суббота

В этот день и в 13:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

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**

03

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

04

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**

05

Обновить описание канала под поиск Telegram

Telegram-поиск ищет по описанию. Добавьте 3-5 ключевых слов вашей ниши — это источник органического трафика.

ЭФФЕКТ

**Источник
органического
трафика**

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