

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Погребнижская. Без сахара.



@partizanets

Без сахара это без прикрас, как оно есть. Реклама
@achicheleva_bot A+ Включен в перечень персональных
страниц: <https://knd.gov.ru/license?id=67403adfb7aeb106ce179132&istryType=bloggersPermission>

ПОДПИСЧИКИ

425 646

+2552 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

21.0%

за сутки **13.7%**

ОХВАТ/ПОСТ

88.1K

рекл. охват **58.1K**/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 425 646 —	👁️ охват подписчиков 20.7% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 88.1K медиана 90.6K · 29 дней	📅 постов/нед. 23.2 за период
📈 тренд 7д -6.1% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 12.2 всего 1 209 реакц., 173 реп., 24 766 комм.	📄 длина поста 601 зн. медиана 622 · 29 дней	☆ постов в анализе 99 29 дней
📈 рекл. охват 58.1K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +2552 за последний месяц	📄 цитируемость 41 индекс цитирования · 324 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 1 год 11 месяцев создан 13.07.2024

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Погребижская. Без сахара.» — 425 646 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 88.1K человек (21% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 23 постов в неделю (~3 в день) — активный режим публикаций. За неделю 15–21 июня охваты просели на -6.1% к неделе 8–14 июня — стоит разобрать причины.

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 99 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (56/99 постов).
- 03 Средняя длина поста — 601 знаков (медиана 622).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 13:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (1 12.8K в среднем у топа vs 76.3K у худших) — среди 99 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 05.06 · 06:22 ФОТО Привет, друзья! Вы уже посмотрели наш самый последний выпуск? Видео про исчезновение Юли Садековой? Вот лишь некоторые комментарии к этой...	ПРОСМ. 124 740 РЕП. —	РЕАКЦ. — ER 29.3%
№2 14.06 · 10:09 ФОТО Очень хорошо помню слова Глеба Жеглова, они прямо врезались мне в память. Если честно, я фильм «Место встречи изменить нельзя» часто...	ПРОСМ. 107 797 РЕП. 2	РЕАКЦ. — ER 25.3%
№3 29.05 · 13:57 ФОТО Хочу вернуться к нашему последнему видео «Не смей смотреть на других». https://youtu.be/uX9HF9x8f5Q?is=otH_r3VswR5a9F3R Лида, главная...	ПРОСМ. 105 912 РЕП. —	РЕАКЦ. 13 ER 24.9%

№4 30.05 · 08:23 ВИДЕО Привет, друзья! Три года назад на нашем канале вышло видео «Дело аниматоров»: https://youtu.be/Fa6-_twAlYY?si=DGMF3GMCL2qBNioa Многие из...	ПРОСМ. 105 367 РЕП. —	РЕАКЦ. 24 ER 24.8%
--	---	--

№5 06.06 · 17:24 ФОТО Идею «материнской зарплаты» предложили в Госдуме. Депутат Марина Ким заявила, что женщина, воспитывающая ребенка, выполняет широкий круг...	ПРОСМ. 104 598 РЕП. —	РЕАКЦ. 125 ER 24.6%
--	---	---

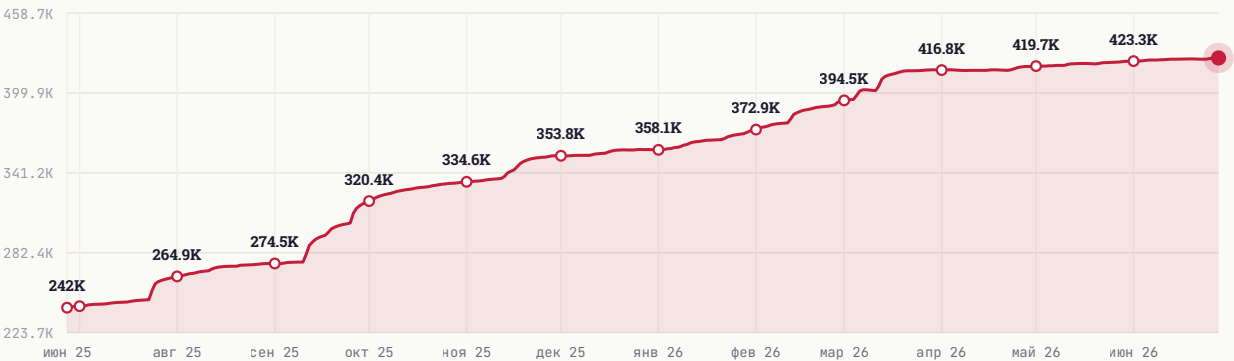
ХУДШИЕ 3

↓ 24.06 · 17:26 ВИДЕО Здравствуйте, спасибо, что поймали, до свидания.	ПРОСМ. 78 019 РЕП. —	РЕАКЦ. — ER 18.3%
↓ 25.06 · 05:08 ФОТО Привет, друзья! Ну что? Время для традиционного поста про «наступил четверг»? Он ведь действительно наступил, и все мы знаем, что это...	ПРОСМ. 76 644 РЕП. —	РЕАКЦ. 18 ER 18.0%
↓ 25.06 · 11:33 ВИДЕО Первое видео попало мне в одной из соцсетей вчера поздно вечером, вызвав, естественно, целую бурю нецензурных эмоций. Подпись под видео...	ПРОСМ. 74 186 РЕП. —	РЕАКЦ. — ER 17.4%

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.



НАЧАЛО ПЕРИОДА

242 014

СЕЙЧАС

425 640

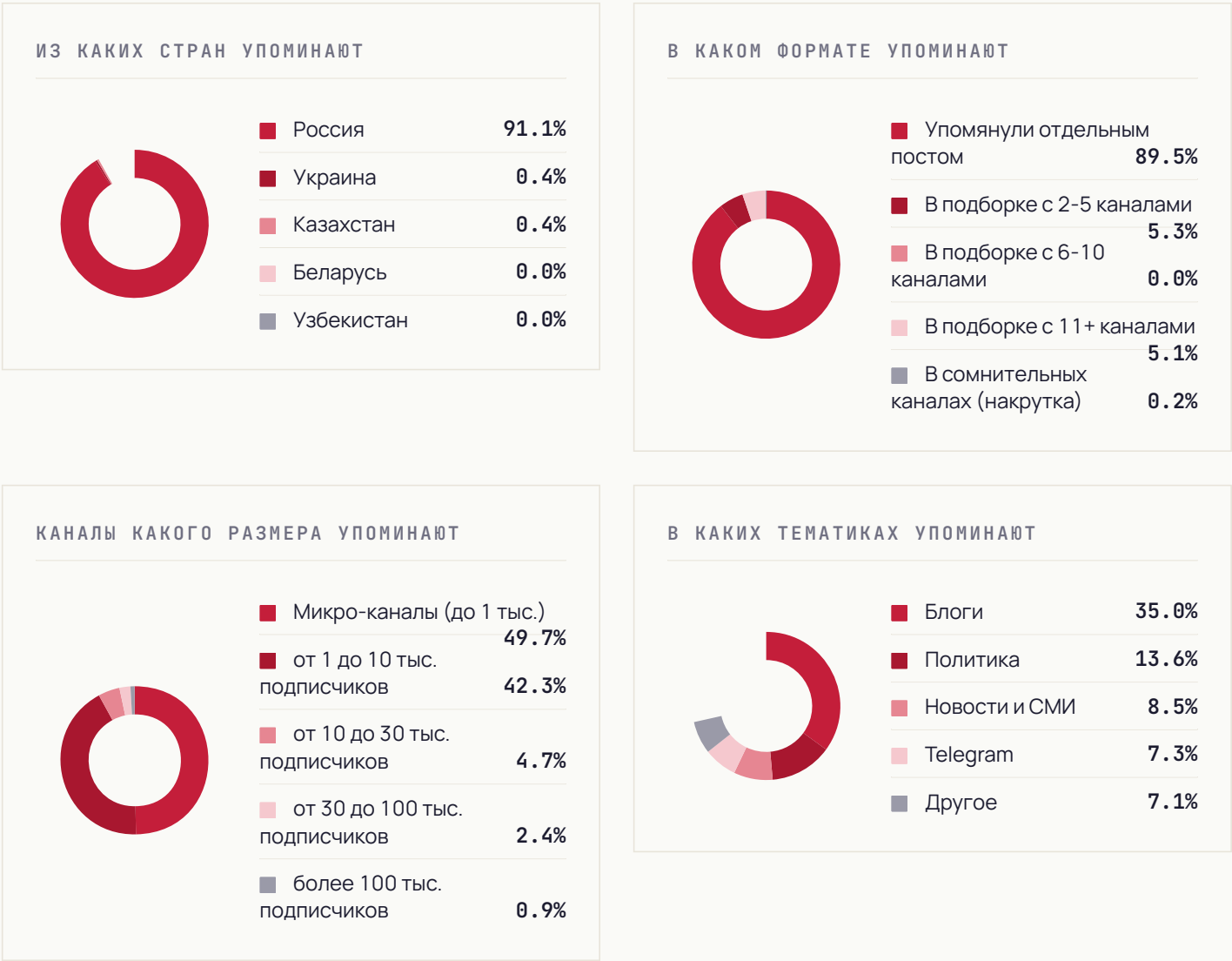
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+183 626

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

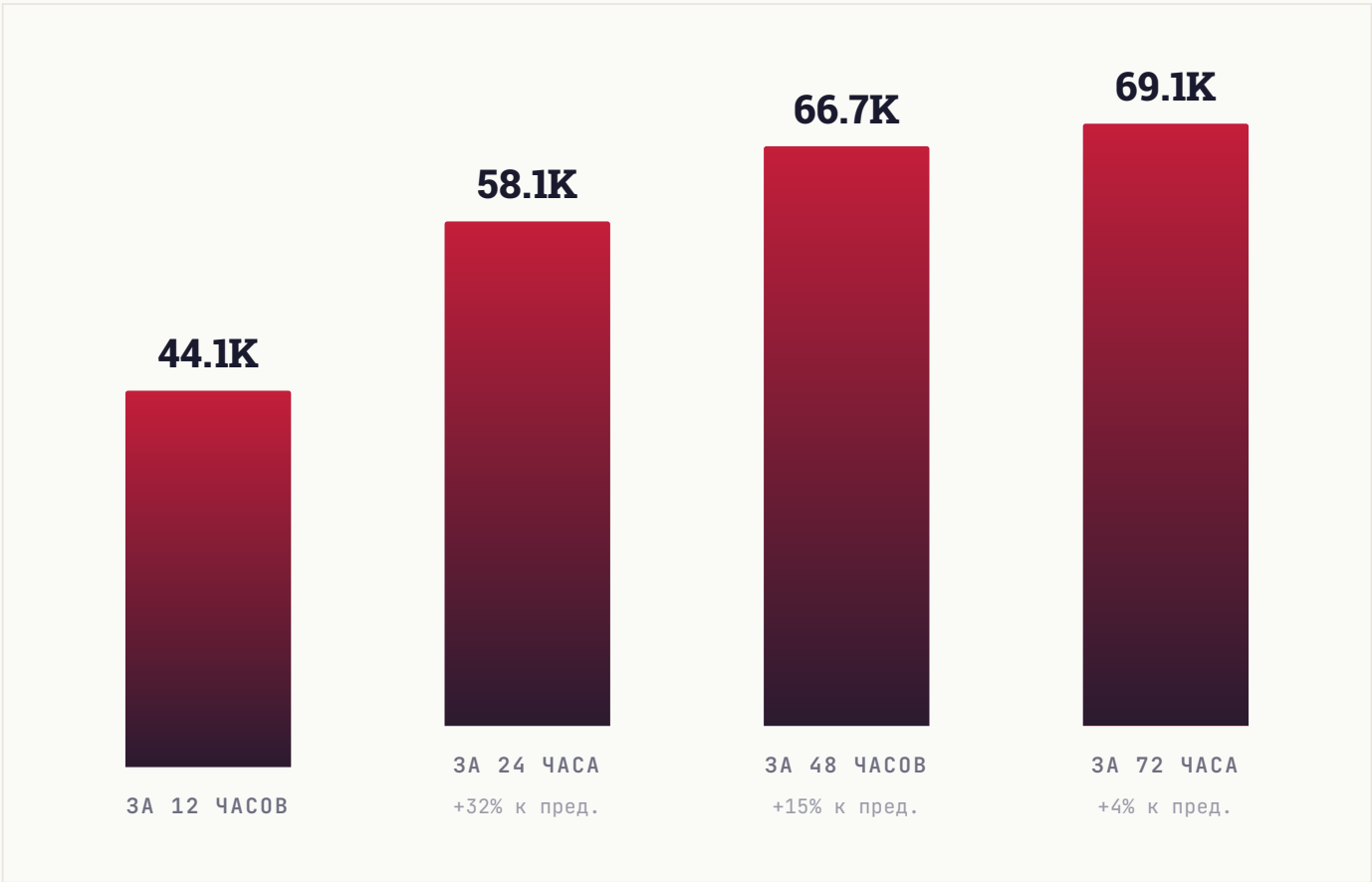
Индекс цитирования **41** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **324** разных каналов.



— 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
ДМ Дима Масленников	2.2M
RR Ranbir Roy (VSG)	2.1M
ЛИ ЛИТВИН	1.6M
АЗ Александр Зубарев	1.4M
ЕХ Exile	1.4M
ББ Бустер	1.2M
ЕІ EVELONE 192	1.2M
КБ Кровавая барыня	1.1M
ЗЖ здесь живет броен	1.1M
ПА ПАРАДЕЕВИЧ	1M
ПБ Погребижская. Без сахара. ВЫ	425.6K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней половине топ-100 ниши (#65 из 100). Медиана ниши — 493.6K подписчиков. Первый KPI роста — выйти на медиану. Лидер: Дима Масленников (2.2M).

— 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 **91**, они привели **116 007** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Декабрь 2025	22	14	4 939
Ноябрь 2025	32	29	19 476
Октябрь 2025	15	13	14 957
Сентябрь 2025	8	8	45 015
Август 2025	8	8	10 126
Июль 2025	6	6	21 494
всего упоминаний	91	месяцев в данных	6
		привлекли подписчиков	116 007

— РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Взяли топ-100 каналов категории «Блоги» (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.

#65

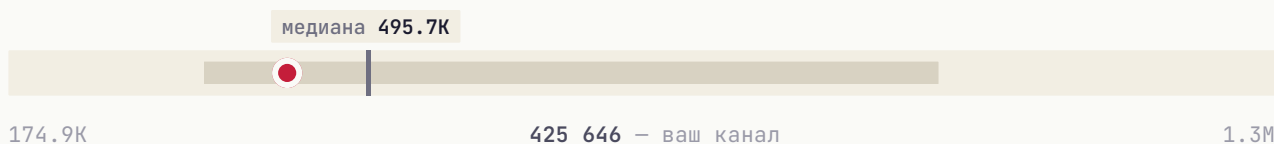
/100

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Канал в нижней половине рейтинга

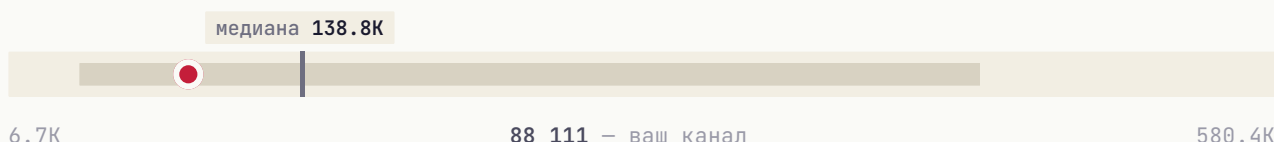
ПОДПИСЧИКИ

хуже медианы на 14%



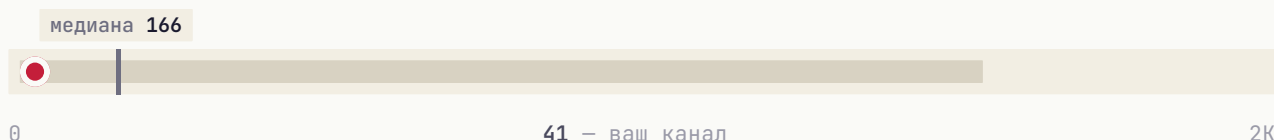
СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

хуже медианы на 37%



ИНДЕКС ЦИТИРОВАНИЯ

хуже медианы на 75%



— 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 воскресенье

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

**+1000-3000
подп.**

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
----	-------------------------------	---
