

# Examen de Mantracare.org

Généré sur 2022-06-21

## introduction

Ce rapport fournit un examen des facteurs clés qui influent sur le référencement et la convivialité de votre site.

Le classement de la page d'accueil est une note sur une échelle de 100 points qui représente l'efficacité de votre marketing Internet. L'algorithme est basé sur 70 critères, y compris les données des moteurs de recherche, la structure du site Web, La performance du site et d'autres. Un rang inférieur à 40 signifie qu'il y a beaucoup de domaines à améliorer. Un classement supérieur à 70 est une bonne marque et signifie que votre site Web est probablement bien optimisé.

Les pages internes sont classées sur une échelle de A + à travers E et sont basées sur une analyse de près de 30 critères.









Nos rapports fournissent des conseils pratiques pour améliorer les objectifs commerciaux d'un site.

Contactez-nous pour plus d'informations.

## Table des matières

optimisation pour les moteurs de recherche	Usabilité
Mobile	Les technologies
Visiteurs	Social
Analyse de lien	

## Iconographie

 Bien	 Difficile à résoudre
 Améliorer	 Peu difficile à résoudre
 Erreurs	 Facile à résoudre
 Pas important	 Aucune action nécessaire

✔ **Tag de titre** MantraCare : Therapy, EAP, Physio, Yoga, Nutrition Wellness programs  
⚙️⚙️⚙️  
**Longueur:** 68 caractères(s)

Idéalement, votre titre devrait contenir entre 10 et 70 caractères (espaces inclus).  
Assurez-vous que votre titre est explicite et contient vos mots clés les plus importants.  
Assurez-vous que chaque page possède un titre unique.

✔ **Meta Description** Best digital care for emotional and physical wellness including online therapy, physio, diabetes, hypertension, nutrition & employee wellness.  
⚙️⚙️⚙️  
**Longueur:** 142 caractères(s)

Les descriptions Meta contiennent entre 70 et 160 caractères (espaces inclus).  
Cela vous permet d'influencer la façon dont vos pages Web sont décrites et affichées dans les résultats de recherche.  
Assurez-vous que toutes vos pages Web ont une méta-description unique qui est explicite et contient vos mots clés les plus importants (ceux-ci apparaissent en gras lorsqu'ils correspondent à une partie ou à la totalité de la requête de recherche de l'utilisateur).  
Une bonne méta-description agit comme une publicité organique, alors utilisez une messagerie séduisante avec un appel clair à l'action pour maximiser le taux de clics.

⦿ **Meta Mots-clés** Pas de mots-clés  
⚙️⚙️⚙️

Meta Mots clés sont un type spécifique de méta-étiquette qui apparaissent dans le code HTML d'une page Web et d'aider à dire aux moteurs de recherche quel est le sujet de la page.  
Cependant, google ne peut pas utiliser les mots clés méta.

[MantraCare : Therapy, EAP, Physio, Yoga, Nutrition Wellness programs  
mantracare.org/](https://mantracare.org/)

Best digital care for emotional and physical wellness including online therapy, physio, diabetes, hypertension, nutrition & employee wellness.

C'est un exemple de ce que ressemblera votre titre Tag et Meta Description dans les résultats de recherche Google.

Bien que Title Tags & amp; Les méta-descriptions sont utilisées pour créer les listes de résultats de recherche, les moteurs de recherche peuvent créer leurs propres si elles manquent, pas bien écrites ou ne sont pas pertinentes pour le contenu de la page.

Les balises de titres et les descriptions de méta sont réduites si elles sont trop longues, il est donc important de rester dans les limites de caractères suggérées.



## Titres de pages



<H1>  
1

<H2>  
4

<H3>  
0

<H4>  
0

<H5>  
7

<H6>  
9

<H1> Digital Care Made For Real Life </H1>

<H2> Uniquely designed programs for Individuals </H2>

<H2> Mantracare for Business </H2>

<H2> MantraCare </H2>

<H2> Try MantraCare Wellness Program free </H2>

<H5> What is MantraCare? </H5>

<H5> Mantra EAP </H5>

<H5> Mantra Wellness </H5>

<H5> Mantra Coach </H5>

<H5> Programs </H5>

<H5> Company </H5>

<H5> Download Our App </H5>

<H6> Online Therapy </H6>

<H6> Physical Therapy </H6>

<H6> Weight Control </H6>

<H6> Yoga/ Meditation </H6>

<H6> Coaching </H6>

<H6> Diabetes </H6>

<H6> PCOS </H6>

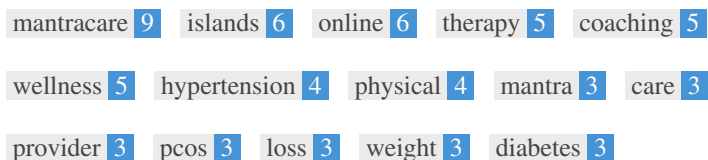
<H6> Hypertension </H6>

<H6> More than 10,000 5-star reviews </H6>

Utilisez vos mots-clés dans les titres et assurez-vous que le premier niveau (H1) inclut vos mots clés les plus importants. Ne doublez jamais votre contenu de titre dans votre balise d'en-tête.

Bien qu'il soit important d'assurer que chaque page possède une balise H1, ne jamais inclure plus d'une page par page. Au lieu de cela, utilisez plusieurs étiquettes H2 - H6.

## Nuage de mots-clés



Ce nuage de mots-clés donne un aperçu de la fréquence de l'utilisation du mot-clé dans la page.

Il est important de mener des recherches de mots-clés pour comprendre les mots-clés que votre public utilise. Il existe un certain nombre d'outils de recherche de mots-clés disponibles en ligne pour vous aider à choisir les mots-clés à cibler.

## Consistance de mots-clés

Mots-clés	Fréquence	Titre	Descriptions	<H>
mantracare	9	✓	✗	✓
islands	6	✗	✗	✗
online	6	✗	✓	✓
therapy	5	✓	✓	✓
coaching	5	✗	✗	✓
wellness	5	✓	✓	✓
hypertension	4	✗	✓	✓
physical	4	✗	✓	✓
mantra	3	✓	✗	✓
care	3	✓	✓	✓
provider	3	✗	✗	✗
pcos	3	✗	✗	✓
loss	3	✗	✗	✗
weight	3	✗	✗	✓
diabetes	3	✗	✓	✓

Ce tableau souligne l'importance d'être conforme à votre utilisation de mots-clés.

Pour améliorer les chances de classement correct dans les résultats de recherche pour un mot-clé spécifique, assurez-vous de l'inclure dans certains ou tous les éléments suivants: URL de la page, contenu de la page, balise de titre, méta-description, balises d'en-tête, attributs alt d'image, ancre de liaison interne Texte d'ancrage texte et backlink.

 **Attributeur Alt**  


Nous avons trouvé des images 37 sur cette page Web  
 Aucun attribut ALT n'est vide ou manquant.

Le texte alternatif est utilisé pour décrire les images pour donner aux moteurs de recherche les moteurs de recherche (et les malvoyants).

En outre, plus d'informations pour les aider à comprendre les images, ce qui peut les aider à apparaître dans les résultats de recherche Google Images.

 **Ratio texte / HTML**  


Le ratio texte / HTML est: **5.36%**

Taille du contenu du texte 6852 Octets

Taille HTML totale 127812 Octets

Le rapport code-texte représente le pourcentage de texte réel sur une page Web par rapport au pourcentage de Code HTML, et il est utilisé par les moteurs de recherche pour calculer la pertinence d'une page Web.

Un code plus élevé pour le ratio du texte augmentera vos chances d'obtenir un meilleur rang dans les résultats des moteurs de recherche.

 **Compression GZIP**  


Hou la la ! C'est GZIP Activé.

 Votre page Web est compressée de 125 KB   28 KB (77.3 % d'économies de taille)

Gzip est une méthode de compression de fichiers (les rendant plus petits) pour des transferts de réseau plus rapides.

Il permet de réduire la taille des pages Web et d'autres fichiers Web typiques à environ 30% ou moins de sa taille d'origine avant de le transférer.

 **Canonicalisation IP** Aucun domaine IP 172.67.186.188 ne redirige vers mantracare.org  


Pour vérifier cela pour votre site Web, entrez votre adresse IP dans le navigateur et vérifiez si votre site est chargé avec l'adresse IP.

Idéalement, l'IP devrait être redirigé vers l'URL de votre site Web ou vers une page de votre fournisseur d'hébergement de site Web.

Si elle ne redirige pas, vous devez faire une redirection htaccess 301 pour vous assurer que l'adresse IP n'est pas indexée.

 **Réécriture d'URL** Bien, toutes les URL semblent propres et friendly  


Les URL de votre site contiennent des éléments inutiles qui les rendent compliqués.

Une URL doit être facile à lire et à rappeler pour les utilisateurs. Les moteurs de recherche ont besoin d'URL pour être propre et inclure les mots-clés les plus importants de votre page.

Les URL propres sont également utiles lorsqu'elles sont partagées sur les réseaux sociaux car elles expliquent le contenu de la page.

 **Underscores dans vos URLs** C'est génial, vous n'utilisez pas de soulignement (exemple\_de\_underscores) dans vos URL  


C'est génial, vous n'utilisez pas les «soulignements» (ces mots-clés) dans vos URL.

Alors que Google traite les traits d'union comme des séparateurs de mots, ce n'est pas pour les caractères de soulignement.



## WWW Résolu



C'est génial, une redirection est en place pour rediriger le trafic de votre domaine non préfixé vers le préfixé.

La redirection des requêtes d'un domaine non préfixé est importante car les moteurs de recherche considèrent les URL avec et sans "www" comme deux sites différents.



## XML Sitemap



Bien, vous avez un fichier Sitemap XML !  
<http://mantracare.org/sitemap.xml>

Un sitemap répertorie les URL disponibles pour l'exploration et peut inclure des informations supplémentaires telles que les dernières mises à jour de votre site, la fréquence des changements et l'importance des URL. Cela permet aux moteurs de recherche d'explorer le site de manière plus intelligente.

Nous vous recommandons de générer un sitemap XML pour votre site Web et de le soumettre à Google Search Console et à Bing Webmaster Tools. Il est également recommandé de spécifier l'emplacement de votre sitemap dans votre fichier robots.txt.



## Robots.txt



Bien, vous avez un fichier Robots.txt !  
<http://mantracare.org/robots.txt>

Un fichier robots.txt vous permet de restreindre l'accès des robots des moteurs de recherche qui explorent le Web et peuvent empêcher ces robots d'accéder à des répertoires et des pages spécifiques. Il spécifie également où se trouve le fichier de sitemap XML.


Vous pouvez vérifier les erreurs dans votre fichier robots.txt à l'aide de Google Search Console (anciennement Webmaster Tools) en sélectionnant 'Robots.txt Tester' sous 'Crawl'. Cela vous permet également de tester des pages individuelles pour vous assurer que Googlebot a l'accès approprié.



 **Objets intégrés** Parfait, aucun objet incorporé n'a été détecté sur cette page




Objets intégrés tels que Flash. Il ne devrait être utilisé que pour des améliorations spécifiques. Bien que le contenu Flash semble plus agréable, il ne peut pas être correctement indexé par les moteurs de recherche. Évitez les sites Web Flash complets pour maximiser le référencement.

 **Iframe** Oh non, le contenu de l'iframe a été détecté sur cette page



Les cadres peuvent causer des problèmes sur votre page Web car les moteurs de recherche ne vont pas ramper ou indexer le contenu en eux. Évitez les cadres si possible et utilisez une étiquette NoFrames si vous devez les utiliser.

 **Enregistrement de domaines** Combien d'années et de mois



Âge du domaine: 1 Year, 145 Days

Date de création: 27th-Jan-2021

Date de mise à jour: 17th-Jun-2022

Date d'expiration: 27th-Jan-2025

L'âge du domaine compte dans une certaine mesure et les domaines plus récents ont généralement du mal à se classer et à obtenir un haut rang dans les résultats de recherche pour leurs premiers mois (selon d'autres facteurs de classement associés). Envisagez d'acheter un nom de domaine de seconde main. Savez-vous que vous pouvez enregistrer votre domaine jusqu'à 10 ans ? Ce faisant, vous montrerez au monde entier que vous êtes sérieux pour votre entreprise.

**Pages indexées**

Pages indexées dans les moteurs de recherche

39 Page(s)

C'est le nombre de pages que nous avons découvert sur votre site Web.

Un petit nombre peut indiquer que les robots sont incapables de découvrir vos pages Web, ce qui est une cause fréquente d'une mauvaise architecture de site et d'un amplificateur; Lien interne, ou vous n'interdisez pas les bots et les moteurs de recherche de l'exploration et de l'amplification Indexation de vos pages.

**Compteur de backlinks** Nombre de backlinks sur votre site web

0 Lien(s) Backlink

Les backlinks sont des liens qui indiquent votre site Web à partir d'autres sites Web. Ils sont comme des lettres de recommandation pour votre site.

Étant donné que ce facteur est crucial pour le référencement, vous devriez avoir une stratégie pour améliorer la quantité et la qualité des backlinks.

**URL**

<http://mantracare.org>

**Longueur:** 10 characters

Gardez vos URL limitées et évitez les noms de domaine longs lorsque cela est possible.

Une URL descriptive est mieux reconnue par les moteurs de recherche.

Un utilisateur devrait être en mesure d'examiner la barre d'adresse et de faire une estimation précise du contenu de la page avant de l'atteindre (Par exemple, <http://www.mysite.com/fr/products>).

**Favicon**

 Super, votre site Web a un favicon.

Favicons améliore la visibilité d'une marque.

Comme un favicon est particulièrement important pour les utilisateurs qui marquent votre site Web, assurez-vous qu'il est conforme à votre marque.

**Page 404 personnalisée**

Super, votre site Web a une page d'erreur 404 personnalisée.

Lorsqu'un visiteur rencontre une erreur 404 Fichier introuvable sur votre site, vous êtes sur le point de perdre le visiteur que vous avez travaillé si fort à obtenir grâce aux moteurs de recherche et aux liens de tiers.

La création de votre page d'erreur 404 personnalisée vous permet de minimiser le nombre de visiteurs perdus de cette façon.

✓ **Taille de la page** 134 KB (la moyenne du World Wide Web est de 320 Ko)  
⚙️⚙️⚙️

Deux des raisons principales pour une augmentation de la taille de la page sont les images et les fichiers JavaScript.  
La taille de la page affecte la vitesse de votre site Web; Essayez de maintenir votre taille de page inférieure à 2 Mb.  
Astuce: utilisez des images de petite taille et optimisez leur téléchargement avec gzip.

✓ **Temps de chargement** 0.06 seconde (s)  
⚙️⚙️⚙️

La vitesse du site est un facteur important pour classer haut dans les résultats de recherche Google et enrichir l'expérience de l'utilisateur.  
Ressources: Consultez les didacticiels de développeurs de Google pour obtenir des conseils sur la façon de rendre votre site Web plus rapide.

✓ **La langue** Bien, vous avez déclaré votre langue  
Langue déclarée: EN-US  
⚙️⚙️⚙️

Assurez-vous que votre langue déclarée est identique à la langue détectée par Google  
De plus, définissez la langue du contenu dans le code HTML de chaque page.

● **Disponibilité de  
domaine**  
\*\*\*

Domaines (TLD)	Statut
mantracare.com	D�j enregistré
mantracare.net	D�j enregistré
mantracare.biz	D�j enregistré
mantracare.us	Disponible
mantracare.info	D�j enregistré

Enregistrez les différentes extensions de votre domaine pour protéger votre marque des cybersquatters.

● **Disponibilité du  
Typo**  
\*\*\*

Domaines (TLD)	Statut
nantracare.org	D�j enregistré
hantracare.org	D�j enregistré
jantracare.org	D�j enregistré
kantracare.org	D�j enregistré
lantracare.org	D�j enregistré

Enregistrez les différentes fautes de frappe de votre domaine pour protéger votre marque des cybersquatters.



### Confidentialité de votre E-mail



Bien, aucune adresse email n'a été trouvée en texte brut.

Nous ne recommandons pas d'ajouter des adresses de courrier électronique / texte lié à vos pages Web.

Comme les robots malveillants grattent le Web à la recherche d'adresses de courrier électronique pour le spam. Au lieu de cela, envisagez d'utiliser un formulaire de contact.



### Navigation sécurisée



Le site Web n'est pas listé sur la liste noire et a l'air sûr.

Navigation sécurisée pour identifier les sites Web dangereux et aviser les utilisateurs et les webmasters afin qu'ils puissent se protéger des dommages.



## Amabilité de l'appareil mobile

Impressionnant ! Cette page est mobile.  
Votre score mobile amical est 80 / 100

Mobile Friendliness se réfère aux aspects d'utilisabilité de votre site Web mobile, que Google utilise comme signal de classement dans les résultats de recherche mobile.



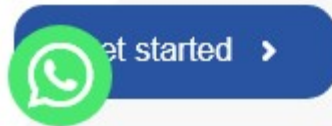
## Compatibilité mobile

Mauvais objets incorporés d'objets.

Objets intégrés tels que Flash, Silverlight ou Java. Il ne devrait être utilisé que pour des améliorations spécifiques. Mais évitez d'utiliser des objets intégrés, afin d'accéder à votre contenu sur tous les périphériques.

# Digital care made for real life

Affordable & Personalized Emotional  
and Physical Wellbeing solutions



Le nombre de personnes utilisant le Mobile Web est **norme**; Plus de 75% des consommateurs ont acc<sup>é</sup>s aux smartphones. ?  
Votre site Web devrait **être** agr<sup>é</sup>able sur les appareils mobiles les plus populaires.  
Astuce: utilisez un outil d'analyse pour suivre l'utilisation mobile de votre site Web.



## IP du serveur

IP du serveur	Emplacement du serveur	Fournisseur de services
104.21.43.228	Not Available	Not Available

L'adresse IP de votre serveur a peu d'impact sur votre référencement. Néanmoins, essayez d'héberger votre site Web sur un serveur géographiquement proche de vos visiteurs.

Les moteurs de recherche tiennent compte de la géolocalisation d'un serveur ainsi que de la vitesse du serveur.

## Conseils de vitesse

Conseils pour créer des pages HTML à chargement rapide:

- ✓ Parfait, votre site Web possède peu de fichiers CSS.
- ✗ Dommage, votre site Web contient trop de fichiers JavaScript.
- ✓ Parfait, votre site Web n'utilise pas de tables imbriquées.
- ✗ Dommage, votre site utilise des styles en ligne.

La vitesse du site a un impact énorme sur la performance, ce qui affecte l'expérience de l'utilisateur, les taux de conversion et même les classements.

En réduisant les temps de chargement de la page, les utilisateurs sont moins susceptibles de se distraire et les moteurs de recherche sont plus susceptibles de vous récompenser en classant vos pages plus haut dans les SERP.

Les taux de conversion sont beaucoup plus élevés pour les sites Web qui se chargent plus rapidement que leurs concurrents plus lents.

## Analytique

Nous n'avons pas détecté un outil d'analyse installé sur ce site.

Les analyses Web vous permettent de mesurer l'activité des visiteurs sur votre site.

Vous devriez avoir au moins un outil d'analyse installé, mais il peut également être utile d'installer une seconde afin de vérifier les données.

 **Type de document**      Votre page Web doctype est HTML 5  


Le Doctype sert à informer les navigateurs sur le type de document utilisé.

Par exemple, quelle version de HTML la page est écrite.

La déclaration d'un doctype aide les navigateurs Web à rendre le contenu correctement.

 **Validité W3C**      W3C non valide  


W3C est un consortium qui établit des normes Web.

L'utilisation d'un balisage valide qui ne contient aucune erreur est importante car les erreurs de syntaxe peuvent rendre votre page difficile pour indexer les moteurs de recherche. Exécutez le service de validation du W3C chaque fois que des modifications sont apportées au code de votre site Web.

 **Codage**      L'encodage grand format / langue / caractère est spécifié : UTF-8  


La spécification du codage de la langue / du caractère peut empêcher les problèmes de rendu des caractères spéciaux.

## Données sociales

Votre statut de média social

 Facebook:  Mantracarehealth

 Twitter: 

 Instagram: 

Les données sociales se réfèrent aux données que les individus créent et qui sont sciemment et volontairement partagées par elles.

Le coût et les frais généraux ont précédemment rendu cette forme semi-publique de communication inviolable.

Mais les progrès réalisés dans la technologie des réseaux sociaux depuis 2004-2010 ont rendu possibles des concepts plus larges de partage.

**Rang de la circulation** 95,619th Les sites les plus visités du monde.  
☆☆☆

Un faible niveau signifie que votre site Web reçoit beaucoup de visiteurs.

Votre Alexa Rank est une bonne estimation du trafic mondial vers votre site Web, bien qu'il ne soit pas 100% précis.

**Localisation des visiteurs** Votre site Web est populaire dans les pays suivants :  
☆☆☆ **Aucune donnée disponible**

Nous vous recommandons de réserver les noms de domaine pour les pays où votre site Web est populaire.

Cela empêchera les concurrents potentiels d'enregistrer ces domaines et de profiter de votre réputation dans ces pays.

**Valeur estimée** \$22,932 USD  
☆☆☆

Juste une estimation de votre site Web basé sur Alexa Rank.

## ✓ Liens dans la page

Nous avons trouvé un total de liens 36, y compris les liens internes et externes de votre site

Ancre	Type	Suivre
No Anchor Text	Liens internes	Dofollow
Online Therapy	Liens internes	Dofollow
Yoga	Liens internes	Dofollow
Diabetes	Liens internes	Dofollow
Hypertension	Liens internes	Dofollow
Weight Loss	Liens internes	Dofollow
Physiotherapy	Liens internes	Dofollow
PCOS	Liens internes	Dofollow
Deaddiction	Liens internes	Dofollow
Find Therapists	Liens internes	Dofollow
Doctors/Providers	Liens internes	Dofollow
Employers	Liens internes	Dofollow
Healthplan	Liens internes	Dofollow
List Yourself	Liens internes	Dofollow
Affiliates	Liens internes	Dofollow
Sign Up	Liens internes	Dofollow
No Anchor Text	Liens internes	Dofollow
Employee Wellness Solutions >	Liens internes	Dofollow
Weight Loss / Gain	Liens internes	Dofollow
Primary Care	Liens internes	Dofollow
Employers / Corporates	Liens internes	Dofollow
Therapists	Liens internes	Dofollow
About Mantracare	Liens internes	Dofollow
Careers	Liens internes	Dofollow
Blog	Liens internes	Dofollow
Contact Us	Liens internes	Dofollow
Reviews	Liens internes	Dofollow
Privacy Policy	Liens internes	Dofollow
Terms of Use	Liens internes	Dofollow
Refund Policy	Liens internes	Dofollow
Our Locations	Liens internes	Dofollow
No Anchor Text	Liens externes	Dofollow
No Anchor Text	Liens externes	Dofollow
No Anchor Text	Liens externes	Dofollow

Bien qu'il n'y ait pas de limite exacte au nombre de liens que vous devez inclure sur une page, la meilleure pratique est d'éviter de dépasser 200 liens.

Les liens passent la valeur d'une page à l'autre, mais la quantité de valeur qui peut être transmise est divisée entre tous les liens d'une page. Cela signifie que l'ajout de liens inutiles permettra de diluer la valeur potentielle attribuée à vos autres liens.

L'utilisation de l'attribut Nofollow empêche que la valeur ne soit transmise à la page de liaison, mais il convient de noter que ces liens sont toujours pris en compte lors du calcul de la valeur passée dans chaque lien, de sorte que les liens de Nofollow peuvent également diluer le pagerank.







## Liens brisés



Aucun lien brisé n'a été trouvé sur cette page Web

Les liens brisés envoient des utilisateurs à des pages Web non existantes. Ils sont mauvais pour la convivialité, la réputation et le référencement de votre site. Si vous trouvez des liens brisés dans le futur, prenez le temps de remplacer ou de supprimer chacun.