



# Evaluation du site mysugarfreejourney.com

Généré le 20 Septembre 2024 06:53





Le score est de 61/100







## Optimisation du contenu

|             | Titre                                     | <p>&amp;#124; My Journey from 400 lbs to 200 lbs</p> <p><b>Longueur : 41</b></p> <p>Parfait, votre titre contient entre 10 et 70 caractères.</p>  |           |         |     |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |
|-------------|---|---|-----------|---------|-----|--------------------------------|-------|---|-------------|---|------|---------|--------|-------|
|             | Description                               | <p>My Journey from 400 lbs to 200 lbs &amp;#124;</p> <p><b>Longueur : 41</b></p> <p>Idéalement, votre balise META description devrait contenir entre 70 et 160 caractères (espaces compris). Utilisez <a href="#">cet outil gratuit</a> pour calculer la longueur du texte.</p>   |           |         |     |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |
|             | Mots-clefs                                | <p>My Sugar Free Journey Podcast,Podcast</p> <p>Bien, votre page contient une balise META keywords.</p>   |           |         |     |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |
|             | Propriétés Open Graph                     | <p>Bien, cette page profite des balises META Open Graph.</p> <table border="1" data-bbox="534 1310 1476 1736"> <thead> <tr> <th>Propriété</th> <th>Contenu</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>url</td> <td>https://mysugarfreejourney.com</td> </tr> <tr> <td>title</td> <td>&amp;#124; My Journey from 400 lbs to 200 lbs</td> </tr> <tr> <td>description</td> <td>My Journey from 400 lbs to 200 lbs &amp;#124;</td> </tr> <tr> <td>type</td> <td>website</td> </tr> <tr> <td>locale</td> <td>en_US</td> </tr> </tbody> </table>  | Propriété | Contenu | url | https://mysugarfreejourney.com | title | &#124; My Journey from 400 lbs to 200 lbs | description | My Journey from 400 lbs to 200 lbs &#124; | type | website | locale | en_US |
| Propriété   | Contenu                                   |   |           |         |     |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |
| url         | https://mysugarfreejourney.com            |   |           |         |     |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |
| title       | &#124; My Journey from 400 lbs to 200 lbs |   |           |         |     |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |
| description | My Journey from 400 lbs to 200 lbs &#124; |   |           |         |     |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |
| type        | website                                   |   |           |         |     |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |
| locale      | en_US                                     |   |           |         |     |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |
|             | Niveaux de titre                          | <table border="1" data-bbox="534 1769 1476 1848"> <thead> <tr> <th>H1</th> <th>H2</th> <th>H3</th> <th>H4</th> <th>H5</th> <th>H6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>6</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> <ul data-bbox="606 1870 1500 2072" style="list-style-type: none"> <li>• [H1]</li> <li>• [H2] The My Sugar Free Journey Podcast - Episode 170: Corey Baughman</li> <li>• [H2] The My Sugar Free Journey Podcast - Episode 169: Eve Mayer from FastingLane.com</li> <li>• [H2] The My Sugar Free Journey Podcast - Episode 168: Michael</li> </ul> | H1        | H2      | H3  | H4                             | H5    | H6  | 1           | 6   | 0    | 0       | 0      | 0     |
| H1          | H2  | H3  | H4        | H5      | H6  |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |
| 1           | 6   | 0   | 0         | 0       | 0   |                                |       |   |             |   |      |         |        |       |

## Optimisation du contenu

|  |                  |   |
|--|------------------|---|
|  |                  | <p>Gorman</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• [H2] How A Low Carb Diet Can Help With Weight Loss</li><li>• [H2] The My Sugar Free Journey Podcast - Episode 167: Amy Berger</li><li>• [H2] Posts navigation</li></ul> |
|  | Images           | <p>Nous avons trouvé 18 image(s) sur cette page Web.</p> <p>10 attribut(s) alt sont vides ou manquants. Ajouter un texte alternatif permet aux moteurs de recherche de mieux comprendre le contenu de vos images.</p>         |
|  | Ratio texte/HTML | <p>Ratio : <b>4%</b></p> <p>le ratio de cette page texte/HTML est au-dessous de 15 pour cent, ce qui signifie que votre site manque de contenu textuel.</p>   |
|  | Flash            | <p>Parfait, aucun contenu FLASH n'a été détecté sur cette page.</p>   |
|  | Iframe           | <p>Génial, il n'y a pas d'Iframes détectés sur cette page.</p>  |

## Liens

|  |                         |  |
|--|-------------------------|--|
|  | Réécriture d'URLs       | <p>Bien. Vos liens sont optimisés!</p>   |
|  | Tiret bas dans les URLs | <p>Parfait! Aucuns soulignements détectés dans vos URLs.</p>   |
|  | Liens dans la page      | <p>Nous avons trouvé un total de 24 lien(s) dont 0 lien(s) vers des fichiers</p>                             |
|  | Statistics              | <p>Liens externes : noFollow 0%</p> <p>Liens externes : Passing Juice 4.17%</p> <p>Liens internes 95.83%</p> |


## Liens dans la page

| Texte d'ancre | Type    | Juice         |
|---------------|---------|---------------|
| =             | Interne | Passing Juice |
|               |         |               |

## Liens dans la page

|   |         |               |
|---|---------|---------------|
| <a href="#">Shop</a>  | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Start Here</a>  | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Restaurant Guides: What's Sugar Free &amp; Keto</a>                                     | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Guides &amp; Info</a>   | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">What Is Sugar Free and Keto Friendly at Restaurants? The Full eBook</a>                 | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">What Is Sugar Free and Keto Friendly at Restaurants?</a>                                | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">What is Sugar Free at the Grocery Store?</a>  | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Why Fructose is Making You Fat</a>  | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Recipes</a>   | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Contact</a>   | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Privacy Policy</a>  | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">About</a>   | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">The My Sugar Free Journey Podcast &amp; Episode 170: Corey Baughman</a>                 | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">My Sugar Free Podcast</a>   | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">My Sugar Free Journey Podcast</a>   | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Podcast</a>   | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">The My Sugar Free Journey Podcast &amp; Episode 169: Eve Mayer from FastingLane.com</a> | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">The My Sugar Free Journey Podcast &amp; Episode 168: Michael Gorman</a>                 | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">How A Low Carb Diet Can Help With Weight Loss</a>                                       | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">My Sugar Free Journey</a>   | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">The My Sugar Free Journey Podcast &amp; Episode 167: Amy Berger</a>                     | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Older posts</a>   | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">ThemesPoint</a>   | Externe | Passing Juice |






## Mots-clefs

|  |                     |   |
|--|---------------------|---|
|  | Nuage de mots-clefs | sugar talking continue lbs<br>podcast free reading keto from<br>journey |
|--|---------------------|---|

## Cohérence des mots-clefs

| Mot-clef | Contenu | Titre | Mots-clefs | Description | Niveaux de titre |
|----------|---------|-------|------------|-------------|------------------|
| from     | 5       | ✓     | ✗          | ✓           | ✓                |
| sugar    | 5       | ✗     | ✓          | ✗           | ✓                |
| free     | 5       | ✗     | ✓          | ✗           | ✓                |
| continue | 5       | ✗     | ✗          | ✗           | ✗                |
| reading  | 5       | ✗     | ✗          | ✗           | ✗                |






## Ergonomie

|  |               |   |
|--|---------------|---|
|  | Url           | Domaine : mysugarfreejourney.com<br>Longueur : 22               |
|  | Favicon       | Génial, votre site web dispose d'un favicon.                    |
|  | Imprimabilité | Aucun style CSS pour optimiser l'impression n'a pu être trouvé. |
|  | Langue        | Bien. Votre langue est : en.                                    |
|  | Dublin Core   | Génial. Cette page profite des métadonnées Dublin Core.         |


## Document

|  |         |        |
|--|---------|--------|
|  | Doctype | HTML 5 |
|--|---------|--------|



## Document

|  | Encodage               | Parfait. Votre charset est UTF-8.   |                |             |          |   |
|--|------------------------|---|----------------|-------------|----------|---|
|  | Validité W3C           | Erreurs : 0<br>Avertissements : 0   |                |             |          |   |
|  | E-mail confidentialité | Génial, aucune adresse e-mail n'a été trouvée sous forme de texte!  |                |             |          |   |
|  | HTML obsolètes         | <table><thead><tr><th>Tags obsolètes</th><th>Occurrences</th></tr></thead><tbody><tr><td>&lt;center&gt;</td><td>1</td></tr></tbody></table> <p>Les balises HTML obsolètes sont des balises qui ne sont plus utilisées. Il est recommandé de supprimer ou de remplacer ces balises HTML, car elles sont désormais obsolètes.</p>   | Tags obsolètes | Occurrences | <center> | 1 |
| Tags obsolètes   | Occurrences            |   |                |             |          |   |
| <center>   | 1                      |   |                |             |          |   |
|  | Astuces vitesse        | <ul style="list-style-type: none"><li>✔ Excellent, votre site n'utilise pas de tableaux imbriqués.</li><li>✔ Parfait. Aucun style css inline n'a été trouvé dans vos tags HTML!</li><li>✔ Génial, votre site web contient peu de fichiers CSS.</li><li>✘ Mauvais, votre site web contient trop de fichiers javascript (plus de 6).</li><li>✔ Parfait : votre site tire parti de gzip.</li></ul> |                |             |          |   |

## Mobile

|  |                     |  |
|--|---------------------|--|
|  | Optimisation mobile | <ul style="list-style-type: none"><li>✔ Icône Apple</li><li>✔ Méta tags viewport</li><li>✔ Contenu FLASH</li></ul> |
|--|---------------------|--|

## Optimisation

|  |             |  |
|--|-------------|--|
|  | Sitemap XML | Votre site web dispose d'une sitemap XML, ce qui est optimal.<br><a href="https://mysugarfreejourney.com/sitemap.xml">https://mysugarfreejourney.com/sitemap.xml</a> |
|  | Robots.txt  | <a href="http://mysugarfreejourney.com/robots.txt">http://mysugarfreejourney.com/robots.txt</a><br>Votre site dispose d'un fichier robots.txt, ce qui est optimal.   |

## Optimisation



Mesures d'audience

Votre site web dispose d'une outil d'analytics, ce qui est optimal.



Google Analytics