

Avaliação do site sojournpsychotherapy.ca

Gerado a 30 de Março de 2026 10:09 AM

O resultado é de 44/100



Conteúdo SEO

	Título	Sojourn Psychotherapy Holistic Mind-Body Therapy in Hamilton Cumprimento : 62 Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.																		
	Descrição	Sojourn Psychotherapy offers holistic therapy, blending AF-EMDR, Jungian Sandplay, and Sound Therapy for mind-body-spiritual healing in a supportive space. Cumprimento : 155 Perfeito, a Descrição META contém entre 70 e 160 caracteres.																		
	Palavras-chave	Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.																		
	Propriedades Og Meta	Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og. <table><thead><tr><th>Propriedade</th><th>Conteúdo</th></tr></thead><tbody><tr><td>locale</td><td>en_US</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr><tr><td>title</td><td>Sojourn Psychotherapy Holistic Mind-Body Therapy in Hamilton</td></tr><tr><td>description</td><td>Sojourn Psychotherapy offers holistic therapy, blending AF-EMDR, Jungian Sandplay, and Sound Therapy for mind-body-spiritual healing in a supportive space.</td></tr><tr><td>url</td><td>https://sojournpsychotherapy.ca/</td></tr><tr><td>site_name</td><td>Sojourn Psychotherapy</td></tr><tr><td>image</td><td>https://sojournpsychotherapy.ca/wp-content/uploads/2024/12/edit-28.jpg</td></tr><tr><td>image:width</td><td>1920</td></tr></tbody></table>	Propriedade	Conteúdo	locale	en_US	type	website	title	Sojourn Psychotherapy Holistic Mind-Body Therapy in Hamilton	description	Sojourn Psychotherapy offers holistic therapy, blending AF-EMDR, Jungian Sandplay, and Sound Therapy for mind-body-spiritual healing in a supportive space.	url	https://sojournpsychotherapy.ca/	site_name	Sojourn Psychotherapy	image	https://sojournpsychotherapy.ca/wp-content/uploads/2024/12/edit-28.jpg	image:width	1920
Propriedade	Conteúdo																			
locale	en_US																			
type	website																			
title	Sojourn Psychotherapy Holistic Mind-Body Therapy in Hamilton																			
description	Sojourn Psychotherapy offers holistic therapy, blending AF-EMDR, Jungian Sandplay, and Sound Therapy for mind-body-spiritual healing in a supportive space.																			
url	https://sojournpsychotherapy.ca/																			
site_name	Sojourn Psychotherapy																			
image	https://sojournpsychotherapy.ca/wp-content/uploads/2024/12/edit-28.jpg																			
image:width	1920																			

Conteúdo SEO

		image:height1280 image:typeimage/jpeg					
	Cabeçalhos	H11	H28	H37	H45	H50	H60
		• [H1] Holistic Mind-Body Therapy • [H2] Sojourn Psychotherapy • [H2] Meet Melissa • [H2] AF-EMDR (Parnell Institute) • [H2] Jungian Sandplay • [H2] Sound Therapy • [H2] Walk-and-Talk Therapy • [H2] Psychedelic and Plant Medicine Integration • [H2] Virtual Therapy • [H3] Holistic Mind-Body Therapy • [H3] My Specializations • [H3] Services • [H3] Blog • [H3] Frequently Asked Questions • [H3] Land Acknowledgement • [H3] Book an Appointment • [H4] Ontario Canada Online/Virtual Therapy • [H4] Sojourn Psychotherapy offers therapy in the comfort of your own home with virtual or phone availability! If you are located anywhere in Ontario or select provinces in Canada (ie. BC, Yukon, Newfoundland), we can connect through a PHIPA compliant virtual platform to allow for convenience, accessibility, and comfort!Sojourn Psychotherapy's in-person sessions are offered in the beautiful downtown Dundas Ontario! 64 Hatt St. Dundas ON L9H 7T6, minutes away from McMaster University! • [H4] Psychedelic Integration • [H4] The Nature of EMDR: Attachment Focused (AF) EMDR and Transpersonal Psychology • [H4] Jungian Approaches to Art Therapy: Masks, Mandala Creation, and Sandplay					
	Imagens	Encontrámos 5 imagens nesta página. 5 atributos ALT estão vazios ou em falta. É recomendado adicionar texto alternativo de modo a que os motores de busca identifiquem melhor o conteúdo das suas imagens.					
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 0% O rácio de texto para código HTML desta página é menor que 15 por cento, o que significa que provavelmente é necessário de adicionar mais conteúdos em forma de texto.					
	Flash	Perfeito, não foi encontrado conteúdo Flash nesta página.					

Conteúdo SEO

	Iframe	Excelente, não foram detetadas iframes nesta página.
--	--------	--

Ligações SEO

	Reescrita de URL	Perfeito. As ligações aparentam ser limpas!
	Underscores (traços inferiores) nas URLs	Perfeito. Não foram encontrados 'underscores' (traços inferiores) nas suas URLs.
	Ligações para a própria página	Encontrámos um total de 22 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 4.55% Ligações internas 95.45%

Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
Skip to content	Internas	Passa sumo
Sojourn Psychotherapy	Internas	Passa sumo
About	Internas	Passa sumo
Approach	Internas	Passa sumo
AF-EMDR	Internas	Passa sumo
Jungian Sandplay Therapy	Internas	Passa sumo
Dreamwork and Active Imagination	Internas	Passa sumo
Spirituality and Transpersonal Therapy	Internas	Passa sumo
Mindfulness	Internas	Passa sumo
Sound Therapy	Internas	Passa sumo
CBT- Cognitive Behavioural Therapy	Internas	Passa sumo
Individual Therapy	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

Couples & Relationship Therapy	Internas	Passa sumo
Virtual Therapy	Internas	Passa sumo
Walk-and-Talk Therapy	Internas	Passa sumo
Rates and Policies	Internas	Passa sumo
Blog	Internas	Passa sumo
Contact	Internas	Passa sumo
Psychedelic Integration	Internas	Passa sumo
The Nature of EMDR: Attachment Focused (AF) EMDR and Transpersonal Psychology	Internas	Passa sumo
Jungian Approaches to Art Therapy: Masks, Mandala Creation, and Sandplay	Internas	Passa sumo
Web Design by EB Media	Externas	Passa sumo

Palavras-chave SEO

	Núvem de palavras-chave	
--	-------------------------	--

Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
---------------	----------	--------	----------------	-----------	------------

Usabilidade

	Url	Domínio : sojournpsychotherapy.ca Cumprimento : 23
	Favicon	Oh, não! Não encontrámos nenhum favicon. Os favicon são umas das formas mais fáceis de atrair visitantes regulares para qualquer site, uma vez que eles o tornam distintivo.
	Facilidade de Impressão	Não encontrámos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Otimo! A língua declarada deste site é en.

Usabilidade

	Dublin Core	Esta página não tira vantagens do Dublin Core.
---	-------------	--

Documento

	Tipo de Documento	HTML 5
	Codificação	Perfeito. O conjunto de caracteres UTF-8 está declarado.
	Validação W3C	Erros : 0 Avisos : 0
	Privacidade do Email	Aviso! No mínimo, foi encontrado um endereço de email sob a forma de texto. Isto é um convite para que spammers entupam a caixa de correio deste endereço.
	HTML obsoleto	Fantástico! Não detetámos etiquetas HTML obsoletas.
	Dicas de Velocidade	 Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.  Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML.  Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros CSS (mais que 4).  Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros JavaScript (mais que 6).  Atenção, o site não tira vantagem da compressão gzip.

Dispositivos Móveis

	Otimização para dispositivos móveis	 Icon Apple  Meta Viewport Tag  Conteúdo Flash
---	-------------------------------------	--

Otimização

	XML Sitemap	Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap). https://sojournpsychotherapy.ca/sitemap_index.xml
	Robots.txt	http://sojournpsychotherapy.ca/robots.txt Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.
	Analytics	Em falta Não detetámos nenhuma ferramenta analítica de análise de atividade. Este tipo de ferramentas (como por exemplo o Google Analytics) permite perceber o comportamento dos visitantes e o tipo de atividade que fazem. No mínimo, uma ferramenta deve estar instalada, sendo que em algumas situações mais do que uma pode ser útil.