

# MEDIA KIT

*Kids Food Blogger,  
Recipe/content creator, Food photographer,  
Influencer*



ΕΛΕΝΗ ΚΑΤΣΟΥΛΗ

## ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΜΕΝΑ



Ονομάζομαι Ελένη Κατσούλη και είμαι η δημιουργός πίσω από την ιδέα, την υλοποίηση, τη φωτογράφιση και τη δημιουργία των συνταγών του Little Hands. Αν και νηπιαγωγός στο επάγγελμα, η αγάπη για την υγιεινή διατροφή αλλά και η καθημερινή συναναστροφή μου με παιδιά με έκανε να διαπιστώσω το κενό που υπάρχει στο θέμα της βρεφικής και νηπιακής διατροφής. Έτσι ξεκινώντας για το παιδί μου και συνεχίζοντας για τα παιδιά όσων με εμπιστεύονται δημιουργήθηκε το Little Hands.

Τον Μάιο του '22 κυκλοφόρησε το πρώτο μου βιβλίο, "Περιπέτειες στην κουζίνα με τον Πάρη - Συνταγές για μικρά χεράκια" από τις εκδόσεις Μεταίχμιο, το οποίο επανατυπώθηκε μόλις τη δεύτερη εβδομάδα κυκλοφορίας του και σύντομα θα κυκλοφορήσει και το 2ο. Συγγραφικά κυκλοφορούν επίσης και 3 e-books σε συνεργασία με διατροφολόγο, ενώ κυκλοφορούν και ζυμαρικά με την υπογραφή little Hands.

185K+

MONTHLY

UNIQUE USERS

67.1K

IG FOLLOWERS



13K

FB FOLLOWERS



5.2K

TT FOLLOWERS



*Σχετικά με το blog*

LITTLE  
HANDS BLW

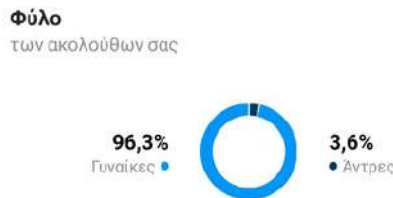
Το site του Little Hands δημιουργήθηκε από την ανάγκη των ακολούθων για υγιεινά, θρεπτικές, γευστικές και όμορφες συνταγές φτιαγμένες με αγάπη για τα "μικρά χεράκια". Ξεκινώντας από το Instagram, οδηγήθηκε στο blog και μετέπειτα και στα άλλα social accounts. Το **πρώτο kids food blog** στην Ελλάδα με συνταγές αλλά και το πρώτο ελληνικό blog που ασχολήθηκε με το blw παρέχοντας και επιστημονικά άρθρα.

Το Little Hands έχει καταφέρει να γίνει η καθημερινή συνήθεια μαμάδων καθώς ξέρουν ότι εδώ θα βρουν ιδέες, αναλυτικές συνταγές, tips και προτάσεις σερβιρίσματος βγάζοντας τις από τον προβληματισμό του "τι θα μαγειρέψω σήμερα".

# ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΣΤΟ INSTAGRAM

## ΟΙ ΠΙΟ ΣΥΧΝΟΙ ΕΠΙΣΚΕΠΤΕΣ

Το κοινό του Little Hands λατρεύει την ειλικρινή μου προσέγγιση, τα όσα μοιράζομαι μαζί του και φυσικά τις συνταγές. Ενώ, αποτελείται κυρίως από γυναίκες (96.2%) με κυρίαρχη ηλικιακή ομάδα το 35-44, οι οποίες κατά τη συντριπτική τους πλειοψηφία είναι μητέρες βρεφών, νηπίων αλλά και μεγαλύτερων παιδιών. Φυσικά, ανάμεσα τους υπάρχουν και ακόλουθοι χωρίς παιδιά, οι οποίοι όμως είναι λάτρεις της υγιεινής διατροφής ή ανήκουν σε κάποια ιδιαίτερη διατροφική ομάδα (πχ χωρίς γλουτένη ή vegan).

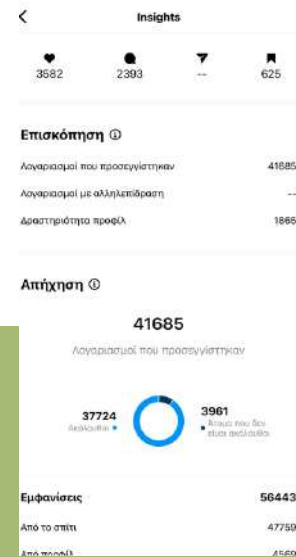
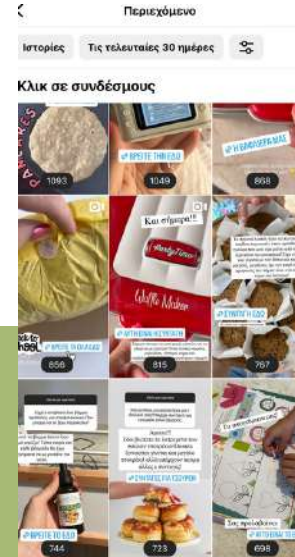


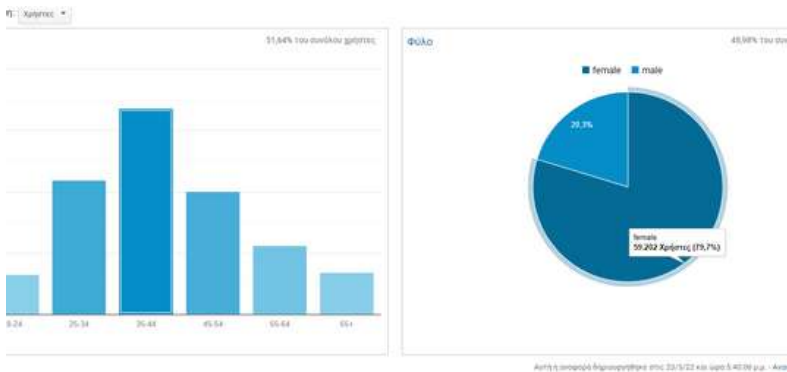
## INSTAGRAM REACH



- o 2.8 % average engagement
- o 16.6 k max story views
- o 1.22k average likes
- o 5.7% average comments
- o 140k monthly reached accounts

### Ενδεικτικά παραδείγματα





Στο Blog υπάρχουν **8.1k ενεργοί χρήστες εγγεγραμμένοι στα Push Notifications** και **6.440 εγγεγραμμένοι στο Newsletter** με μέσο όρο ανάγνωσης **48.69%** και **11.17% click rate**.

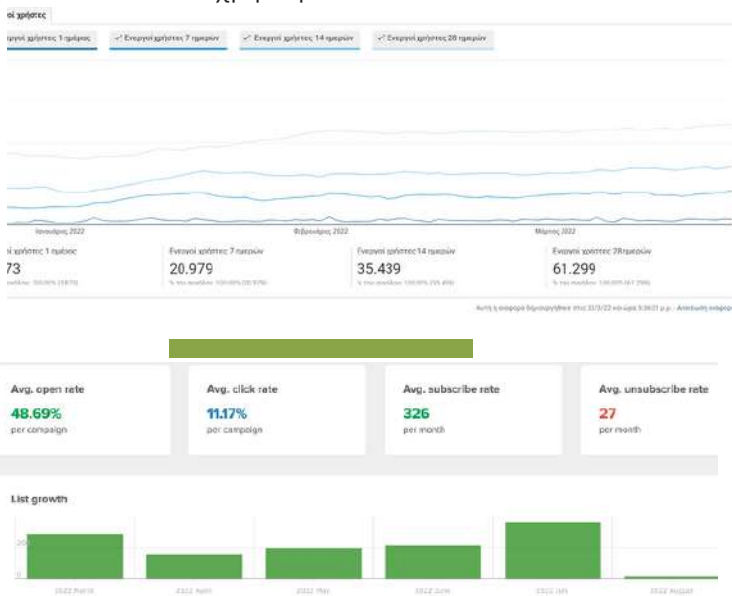
Κατηγορία συνάφειας (προσέγγιση χρηστών) 49,26% του συνόλου χρηστών

6,58%	Food & Dining/Cooking Enthusiasts/30 Minute Chefs
5,22%	Shoppers/Value Shoppers
4,78%	Media & Entertainment/TV Lovers
4,41%	Lifestyles & Hobbies/Green Living Enthusiasts
4,20%	Shoppers/Bargain Hunters
4,10%	Beauty & Wellness/Beauty Mavens
3,75%	Lifestyles & Hobbies/Fashionistas
3,31%	Lifestyles & Hobbies/Family-Focused
3,29%	Home & Garden/Home Decor Enthusiasts
3,16%	Food & Dining/Foodies

# ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΣΤΟ BLOG

## ΟΙ ΠΙΟ ΣΥΧΝΟΙ ΕΠΙΣΚΕΠΤΕΣ

Σύμφωνα με το Google Analytics κατά το τελευταίο 3μηνο τα στατιστικά έχουν διαμορφωθεί ως εξής: Οι αναγνώστες μας είναι κατά 79.7% από γυναίκες με το 33.5% εκ των οποίων να είναι ηλικίας 35-44. Το τελευταίο 3μηνο οι μηνιαίοι ενεργοί χρήστες ήταν 61.299 με μέση διάρκεια περιόδου σύνδεσης ανά χρήστη 2.08 λεπτά.



## Υπηρεσίες

- Posts, Reels, Videos, Stories, Blog posts, Giveaways
- Recipe development
- Create content
- Food photography
- Banner ads
- Brand ambassadorships
- Newsletter

ΣΤΟΙΧΕΙΑ  
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

6980291270

2810285043

eleni@littlehandsblw.com

little hands  
www.littlehandsblw.com

Social accounts



## Ενδεικτικές Συνεργασίες

