



Im Gespräch mit: Phoebe Greenacre

Phoebe Greenacre ist ganzheitliche Therapeutin, Coach, Meditations- und Yogalehrerin. Sie ist außerdem Gründerin der Marke für nachhaltige Aktivkleidung Silou London und der Online-Wellness- und Yoga-Plattform The Self Care Space. Wir haben uns mit Phoebe getroffen, um über ihre Reise als Unternehmerin und Geschäftsinhaberin zu sprechen. Kannst du uns etwas über dich erzählen? Hallo, ich bin Phoebe. Aussie mit Sitz in London. Ganzheitlicher Therapeut, Yoga und Meditationslehrer. Ich bin im Herzen ein Abenteurer, ein Alkoholiker und ein Malbec-Kenner. Ich liebe es, im Wellnessbereich Geschäfte zu machen – meine beiden Babys sind es Silou London + Der Self Care Space. Die Leute …



Phoebe Greenacre ist ganzheitliche Therapeutin, Coach, Meditations- und Yogalehrerin. Sie ist außerdem Gründerin der Marke für nachhaltige Aktivkleidung Silou London und der Online-Wellness- und Yoga-Plattform The Self Care Space. Wir haben

uns mit Phoebe getroffen, um über ihre Reise als Unternehmerin und Geschäftsinhaberin zu sprechen.

Kannst du uns etwas über dich erzählen?

Hallo, ich bin Phoebe. Aussie mit Sitz in London. Ganzheitlicher Therapeut, Yoga und Meditationslehrer. Ich bin im Herzen ein Abenteurer, ein Alkoholiker und ein Malbec-Kenner. Ich liebe es, im Wellnessbereich Geschäfte zu machen – meine beiden Babys sind es Silou London + Der Self Care Space. Die Leute sagen, ich bin ziemlich cool, ruhig und gesammelt, aber ich bin ein sehr emotionales Wesen. Die wahren Fische in mir sind super empfindlich und ein großer Träumer. Ich sprach fließend

Japanisch und als ich die Universität verließ, wollte ich ein japanisch sprechender Spion werden, der in internationaler Spionage arbeitet! Wahre Geschichte!

Sie haben die Unternehmenswelt verlassen und sind seitdem mit mehreren unternehmerischen Unternehmungen Ihrer Leidenschaft nachgegangen. Was war Ihre bisher größte Herausforderung und Leistung?

Nachdem der japanische Spionageauftritt nicht zustande gekommen war, arbeitete ich 10 Jahre lang im digitalen Marketing und lernte, wie man eine Marke kreiert und ausbaut. Diese Fähigkeiten haben mich für die unternehmerische Welt gerüstet, aber nicht ohne meinen gerechten Anteil an Herausforderungen. Mein bisher größter Erfolg ist die Gründung meiner nachhaltigen Activewear-Marke Silou London und zuletzt von The Self Care Space. Die größte Herausforderung besteht darin, dass Sie, wenn Sie ein Start-up-Unternehmen haben, so ziemlich jede Rolle übernehmen müssen, bis Sie welche einstellen können. Hallo Marketing, Buchhaltung, PR, Produktion, Personal, Recht – Sie nennen es. Jeder Tag ist eine Herausforderung, aber nicht ein Tag ist der gleiche.

Wo finden Sie Inspiration und Motivation?

Ich habe mich mit einigen ziemlich erstaunlichen Frauen umgeben, von denen ich jeden Tag inspiriert bin. Meine Motivation kommt von meiner Leidenschaft, Menschen auf dem Weg zur Heilung zu helfen – und wenn Sie leidenschaftlich sind, kommt die Motivation von selbst. Ich bin auch ein Manifesting Generator im Bereich Human Design, also schaffe ich viel von meiner eigenen Energie und scheine viel davon zu haben!

Ihre Reise ist unglaublich inspirierend. Was möchten Sie sich vor 10 Jahren sagen, wenn Sie wissen, was Sie jetzt wissen?

Wenn ich es meinem 26-jährigen Ich sagen könnte – ich würde ihr sagen, sie soll langsamer werden, die ruhigen Momente genießen und nicht so hart arbeiten! Nehmen Sie sich vielleicht ein Jahr frei und reisen Sie!

Sie tragen viele verschiedene Hüte in Ihrem Geschäft, haben Sie eine Lieblingsrolle?

Ich bin eine Ideenfrau. Ich liebe Brainstorming-Sitzungen mit den wildesten Träumen und dann sagt mir mein Team normalerweise, dass sie zu verrückt sind. Ich liebe auch die kreative Seite des Geschäfts. Das Geschichtenerzählen, das die Dinge hübsch aussehen lässt.

Ihr jüngstes Abenteuer ist Ihr Online-Wellness-Hub The Self Care Space. Erzählen Sie uns alles darüber?

Während des Sperrens bemerkte ich wirklich, dass die Leute sich nach mehr Selbstpflege sehnten, aber nicht wirklich sicher waren, wie sie jeden Tag „ihre Tasse füllen“ sollten. Selbstpflege und geistiges Wohlbefinden gehen Hand in Hand – so wurde der Wellness-Hub geboren. Der Self Care Space ist eine monatliche Mitgliedschaft, bei der Mitglieder uneingeschränkter Zugriff auf eine On-Demand-Bibliothek mit Klassen und Ritualen haben. In der Bibliothek können Sie zwischen Wohlfühl-Yoga-Flows, Yin-Therapiekursen, Meditationen, emotionalen Heilungsübungen, Klangheilung, Atemarbeit und Selbstpflegeritualen wählen. Es folgen auch Retreats für einen halben und einen ganzen Tag zu Hause. Ich veranstalte außerdem jeden Monat ein Live-Event für meine Mitglieder in unserer Facebook-Gruppe nur für Mitglieder. Dies kann ein Vollmondritual oder eine Live-Meditation sein. Weitere Informationen finden Sie unter **Der Self Care Space**.

Verwenden Sie für 50% Rabatt auf Ihren ersten Monat mit The Self Care Space den Code „YOGAMATTER “

Aus der Feder von Yogamatters

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki