

SENIOR **조선**

NOVEMBER
2012
VOL.07

멋지게 나이 드는 이들을 위한 섹션 매거진 senior.chosun.com



Theme of the Month
설레는 인생 2막,
어떻게 열연할 것인가



제네시스 프라다의 감성, 3.8 GDi엔진으로 더 가까이 만나보십시오



GENESIS PRADA

수입차 비교 시승 센터

▶ 서울목동 (02)2644-7365 ▶ 서울강남 (02)3452-7365 ▶ 분당 (031)705-7365 ▶ 서울서북부 (031)908-7365 ▶ 인천서부 (032)425-7365 ▶ 대전 (042)621-7365
▶ 광주 (062)366-7365 ▶ 동대구 (053)525-7365 ▶ 부산동부 (051)517-7365

■ 구입문의 및 고객센터: 긴급봉사반 콜센터 080-600-6000 ■ 정부공인 표준연비 및 등급: • V8 티우라 5.0 GDi: 신연비 기준: 복합 8.2km/ℓ (도시: 7.2km/ℓ, 고속도로: 10.0km/ℓ), 기존 인증 연비 기준: 9.0km/ℓ CO2 배출량: 218g/km / 배기량: 5,038cc / 공차중량: 1,870kg / 자동8단5등급
• V6 램다(3) 3.8 GDi: 신연비 기준: 복합 9.3km/ℓ (도시: 8.1km/ℓ, 고속도로: 11.4km/ℓ), 기존 인증 연비 기준: 10.3km/ℓ CO2 배출량: 191g/km / 배기량: 3,778cc / 공차중량: 1,768kg / 자동8단5등급 ※ 위 연비는 도로상태, 운전방법, 차량적재 및 정비상태 등에 따라 실주행 연비와 차이가 있습니다
※ 신연비 기준은 시내와 고속 주행의 두 가지 연비를 측정 후, 이를 다섯 가지 실주행여건(5-Cycle)을 반영한 보정치를 적용하여 계산하므로 상연비에 가까운 측정값입니다 (5-Cycle: 시내, 고속도로, 고속 및 급가속, 에어컨 가동, 외부 저온조건 주행) ※ 급출발, 급가속 및 급제동을 하지 마십시오
※ 정속주행을 합니다 ■ 현대자동차는 자점/대리점의 카미스타를 통해서만 판매하며, 전국 어느 곳에서도 같은 제품 같은 가격으로 비싼 거래를 실천하고 있습니다

inside

VOL.07 NOVEMBER 2012 <시니어조선>은 멋지게 나이 드는 이들을 위한 색선 매거진입니다.

17



COVER

장철, 경제 전문가 방송인이라는 타이틀 이전에 '꽃중년'이라는 세 글자와 더 가까운 남자, 늘 자신을 가꾸는 데 열심인 그는 현재를 즐기고 미래에 대한 설레임을 잃지 않는 것을 절음의 비결로 꼽았다. 패션이나 스타일이 아니라 가슴 속 품은 의지와 열정이 마흔 여섯의 그를 서른의 청년으로 보이게 하는 진짜 이유라는 것. 10월 중순, 청담동의 비온드뮤지엄에서 만난 그는 활영을 위해 단정한 양복 대신 직접 준비한 스카진과 하늘색 셔츠, 흰색 재킷으로 걸아 입었다. 액티브한 느낌의 워커 역시 센스가 묻어나는 소장품. 카메라에 비친 그의 모습은 말한다. 청춘이란, 인생의 어떤 시기인가 아니라 마음가짐 자체라는 사실을.

사진 김민관(아트앤커머스)

- 06 **2nd CAREER** 일, 그리고 설레는 인생 2막
정년이 코앞으로 다가왔지만 별다른 계획을 세우지 못한 우리, 무엇으로 인생 2막을 시작해야 할까. '세컨드 커리어' 선택에 대한 이모저모.
- 10 **PEOPLE** 경제 전문가 장철
'꽃중년' 장철, 자신을 가꾸는 데 소홀한 적이 없는 그는 패션에도, 일에도 늘 과감하다. 열정과 에너지로 충만한 그의 이야기를 들어본다.
- 12 **MY SONG** 18번이 궁금하세요?
그 사람이 부르는 노래가 그 사람을 말해주는 경우가 있다. 각계 5인의 명사에게 물었다. 당신의 애창곡은 무엇인가.
- 13 **TIPS** 비타민 C 폭탄 '로즈힙'
따뜻한 차 한 잔이 간절한 계절. 비타민 C와 각종 유기물이 풍부해 건강에 이로운 로즈힙 차로 심신 건강 챙기기.
- 14 **BEAUTY** 벤자민 버튼의 시간을 끔꼐다
대책 없이 얼굴을 방치했다간 어느 날 문득 웅이처럼 깊게 파인 주름에 놀랄 수 있다. 품위 있는 세월의 흔적을 위한 안티에이징 제품들.
- 16 **SPECIAL BIKE** 생활 속, 멋을 타고 달려라!
어른의 심장을 뛰게 하는 유일한 장난감, 자전거. 이제 그 장난감을 제대로 가지고 놀아보자. 우리가 미처 알지 못했던 생활자전거 열전.
- 17 **TRAVEL** 캐나다에서 즐기는 빛의 향연
올해 11월부터 내년 4월까지의 극지방에서 오라를 관측할 수 있는 최적의 시기. 신비의 빛과 함께하는 아주 특별한 여행 이야기.
- 18 **SENIOR EXPO** 멋지게 나이 드는 시니어들의 축제
'2012 서울국제시니어엑스포'가 성황리에 막을 내렸다. 1만2000여 명이 참가한 국내 최대 규모 시니어 행사의 뜨거웠던 현장 속으로!
- 19 **MY LIFE** 당당하게 나이 드는 법
인생을 제대로 완성하기 위해서는 은퇴 이후의 계획이 필수다. 또 다른 삶을 맞이하고 변화에 적응하는 지혜가 필요하다. 그리고...
- 20 **FINANCE** 금융 상품 수수료의 비밀
투자자들이 액티브 펀드에서 인덱스 펀드 위주로 투자의 방향을 바꿨다. 바로 여기에 '금융 상품 수수료의 비밀'이 숨어 있다.
- 21 **ASSET** 가문 관리 방안, 삼성패밀리오피스
1세대가 일군 자신을 제대로 관리·투자·승계하도록 돕는 삼성패밀리오피스. 자신뿐 아니라 비재무적인 부분까지 관리해준다.
- 22 **BUSINESS** 신뢰 경영 기업이 오래 살아남는다
일하기 좋은 기업(GWP)을 만들기 위한 경영자의 역할과 '2012 대한민국 일하기 좋은 100대 기업' 선정 소식.
- 24 **INFOPACK** 11월에 놓치면 안 될 몇 가지
신형 림보르가니에서부터 2012 피스&그린보트 출항에 이르기까지... 모르고 넘어가면 아쉬운 몇 가지 소식들.
- 25 **HEALTH** 스마트 시니어의 건강한 휴테크 전략
건강을 위해서라면 투자를 주저하지 않는 스마트 시니어들. 그들이 피로 회복과 기억 보충을 위해 선택한 특효약은?
- 26 **COMMUNITY** 시니어 리포터 모집
'나도 작가나 기자가 될 수 있다.' '시니어 포털'유아스테이지에서 활동할 시니어 리포터를 모집한다. 관심 있는 이는 주목!
- 27 **CULTURE** 이담의 문화
첼리스트 요요 마 내한 공연부터 영화 <007 스카이폴> 개봉까지... 11월의 소산함을 있게 해줄 풍성한 문화 소식.

PUBLICATION
시니어조선
발행인 양근만 yangkm@chosun.com
방정오 cbang@chosun.com

시니어파트너즈
대표 박은경 maypark@yourstage.com
상무 김형래 hr.kim@yourstage.com
팀장 전영선 ys.chun@yourstage.com

창간일 2012년 4월 25일
발행일 매월 넷째 주 수요일
등록번호 서울 다10391
등록일자 2012년 3월 19일
발행소 서울특별시 중구 세종대로21길 30
인쇄 (주)타라티피에스
출력 아이엔지프로세스

EDITORIAL & ART
편집장 정지현 toctoc@chosun.com
선임기자 박소란 psr@chosun.com
객원기자 노준형 jh.roh@yourstage.com
박철진 soook49@naver.com
남미영 willena@chosun.com

포토그래퍼 C.영상미디어
디자인 별디자인
미술교정 허주는 huh.jueun@gmail.com
교열 최현미 nun0902@naver.com

ADVERTISING
부장 박정훈 jjph@chosun.com
차장 양훈식 huns@chosun.com


MARKETING
팀장 정하나 hana@chosun.com
대리 흥은애 bhong@chosun.com

ONLINE
부장 이재훈 jacopas@chosun.com
기자 박준현 pjh81@chosun.com
웹에디터 문형경 ellira@chosun.com

INFORMATION
취재 편집 02-724-7868
광고마케팅 02-724-7886
재무 02-724-7864
대표 메일 senior@chosun.com
트위터 @seniorchosun
페이스북 www.facebook.com/seniorchosun

※ <시니어조선>은 서울 강남구, 서초구, 송파구, 목동, 여의도, 한남동, 동부이촌동, 원효로, 한강로, 명동, 남대문로, 무교동, 공덕동, 서교동, 디지털단지, 경기 분당, 과천, 일산, 영통, 기흥 등 수도권 프리미엄 지역 및 오피스 밀집지역 조선일보 독자들에게 배포됩니다.

※ 본 매거진은 저작권법에 따라 보호받는 저작물이므로 무단전재와 무단복제를 금지하며, 본 자료의 전부 또는 일부를 이용하시려면 반드시 <시니어조선>의 서면 동의를 받으셔야 합니다.

 <시니어조선>은 국내 대표 매거진 포털 APP '탐전'에서 무료로 구독할 수 있습니다.

EVENT
스마트한 라이프스타일의 당신, 물건을 구매할 때 신뢰하는 정보는 무엇인가요?
<시니어조선> 홈페이지에서 간단한 퀴즈 이벤트에 참여하시면, 다섯 분을 추천해 멋진 라이프스타일을 완성할 수 있는 센스 만점 선물을 드립니다. 많은 참여 부탁드립니다.

Gift 1 700포인트 4인 이용권 (60만원 상당) 1명
Gift 2 동이본가 힐링 객실 숙박권 (70만원 상당) 2명
Gift 3 프랭클린 플래너 (8만원 상당) 2명

기타 자세한 내용은 홈페이지(senior.chosun.com) 또는 이메일(senior@chosun.com)로 문의해주시기 바랍니다.

슈베르트 교향곡 제8번 '미완성'

LOVE
AGE

러브에이지는 나이를 사랑하는 방법입니다

연금받는 종신보험 (무)1207 인생은 교향악입니다

연금과 사망보장을 동시에! 가입시점 기준으로 연금을 수령하면서 가족사랑도 지속됩니다

생명보험협회 심의필 제2012-701호(2012.4.5)

대표전화 080-2000-212 ■ 이 보험계약은 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하되, 보호한도는 본 보험회사에 있는 귀하의 모든 예금 보호대상 금융상품의 해지환급금(또는 만기시 보험금이나 사고 보험금)에 기타지급금을 합하여 1인당 '최고 5천만원'이며, 5천만원을 초과하는 나머지 금액은 보호하지 않습니다.(단, 보험계약자 및 보험료 납부자가 법인이면 보호되지 않습니다.) ■ 본 자료는 계약자의 이해를 돕기 위한 자료입니다. 계약자는 본 상품에 대한 자세한 내용에 대해서는 반드시 약관 및 상품설명서를 참고하시기 바랍니다.

은퇴설계의 명가 -

MIRAE ASSET
미래에셋생명

2nd CAREER

설레는 인생 2막, 어떤 역할을 맡아 열연할 것인가

50대 중반의 K씨. 30년 가까이 직장생활을 해온 그는 요즘 이것저것 고민이 많다.

어느새 은퇴 이후라는 새로운 세계가 그 앞에 성큼 다가왔기 때문.

지금까지 별다른 계획을 세우지 못한 그는 무엇으로 인생 2막을 시작해야 할까.

그가 궁금해하는 '세컨드 커리어(Second Career)' 선택에 대한 이모저모.

“그동안 해온 일에 대한
경험을 살리는 것도
좋지만, 전혀 다른
제2의 직업을 모색하는
것도 현명한 방법입니다.
취미나 적성을 고려해
도움이 될 만한 자격증을
취득하거나 관련 정보를
부지런히 탐색해본다면
분명 길은 있습니다.”

현재 우리나라의 청년은 일반적으로 55세. 일본과 대다수 유럽 국가가 65세 이상이니 약 10년 이상 앞선 상황이다. 그러나 국내 대부분의 기업에서는 청년 이후의 삶을 위한 어떤 교육 프로그램도 제공하지 않는다. 은퇴, 그리고는 끝이다. 그러므로 자연히 다음 시나리오를 예상하기란 어렵지 않다. 기존의 경력을 살리려 여기저기 기업체의 문을 두드려보지만 공장 현실의 벽에 부딪히게 마련. 결국 퇴직금을 털어 창업을 해보지만 준비 없이 시작한 창업이 녹록할 리 만무하다. 그렇다면 해법은? 보건복지부 산하 한

국노인인력개발원 사업운영국 정종보 국장은 말한다. “20~30년 동안 해온 일에 대한 경험을 살리는 것도 좋지만, 전혀 다른 제2의 직업을 모색하는 것도 현명한 방법입니다. 취미나 적성을 고려해 도움이 될 만한 자격증을 취득하거나 관련 정보를 부지런히 탐색해본다면 분명 길은 있습니다.”

많은 전문가들이 키워드로 제시한 것은 다름 아닌 '취미'다. 지금 당장 생계를 걱정해야 하는 상황이 아니라면 평소 자신의 취미를 살려 직업으로 발전시키는 게 가장 이상적인 방법이라는 것. 서울노인복지센터 종로고령자취업알선센터 윤형준 팀장은 말한다. “취미를 활용할 필요가 있습니다. 한번쯤은 자신이 진정으로 좋아하는 일을 직업으로 삼아봐야 하지 않을까요. 우리 시니어 세대는 그런 기회를 박탈당

하고 살았다 해도 과언이 아닙니다.” 그러나 이때 번쩍하고 뇌리를 스치는 하나의 아이디어가 있다면 모를까, 그렇지 않다면 이 또한 난감한 일이다. 내 취미 중에 생업으로 삼을 만한 게 대체 뭐란 말인가. “그러니 다양한 시도를 해봐야 합니다. 취미라고 하면 대부분 독서나 등산을 꼽는데 그보다 풍요로운 경험이 필요하죠. 멀리 여행을 간다거나 전시나 공연을 관람한다거나 하는 생활이 결국 중요한 의미를 창출하

는 것입니다.” 이와 관련해 윤 팀장은 진로적성검사나 MBTI 등을 적극 활용하는 것도 하나의 방법이 될 수 있다고 말한다.

미국의 교육학자 데이비드 보차드 역시 저서 <은퇴의 기술>에서 유사한 주장을 펼친 적이 있다. 은퇴 이후의 삶을 준비하는 데 가장 필수적인 것으로 그 가 거론한 것은 '새로운 인생을 위한 테마 발굴'. 자신의 관심사에 맞는 미래를 설계하는 일이 그만큼 중요하다는 의미다. 보차드는 바라는 미래를 그려보기, 머릿속 그림을 글로 표현하기, 열정이 무엇인지 아는 즉시 그 열정을 선언하기, 원하는 삶을 살고 바라는 모습이 되기 위해 인생 지도 만들기 등을 단계별로 실천하며 자신의 테마, 즉 핵심 주제를 찾아보라고 조언한다.

테마를 찾았다면 그 다음은 직전이다. 원하는 직종이 어떤 업무 능력을 필요로 하는지 구체적으로 조사해, 그것을 충족해나가면 된다. 새로운 일을 시작하는 데 필요한 학위나 자격증을 취득하는 것이 가장 일반적인 방법이다. 이와 관련해 정종보 국장은

“앞으로는 정부 차원에서 기업이 원하는 직무 능력을 조사하고, 해당 능력을 갖춘 인재를 파악하는 체계가 확립되어야 합니다. 아울러 기업마다 혹은 업종마다 각기 다른 요구 사항을 맞춤형으로 교육할 수 있는 직무 교육 시스템을 갖추어야 할 것입니다”라고 전한다.

끝으로, 우리가 상기해야 할 점은 바로 '일의 의미'. 평균수명 100세 시대로 접어들면서 은퇴 이후의 삶은 이전의 삶 이상으로 중요한 부분을 차지하며, 이는 일 역시 마찬가지다. 윤형준 팀장은 말한다. “은퇴 전의 일자리는 생계를 유지하고 자아를 실현하기 위한 도구였습니다. 취미나 놀이는 아니죠. 하지만 은퇴 후의 시니어들에게는 그 이상입니다. 일은 일 자체이자, 취미이자, 놀이이자, 봉사이자, 소통의 매개입니다.” 그러니 부디 일하는 즐거움을 오래오래 만끽하자. 건강한 몸과 마음, 그리고 열정이 있다면 지금 당장 Go, Go!

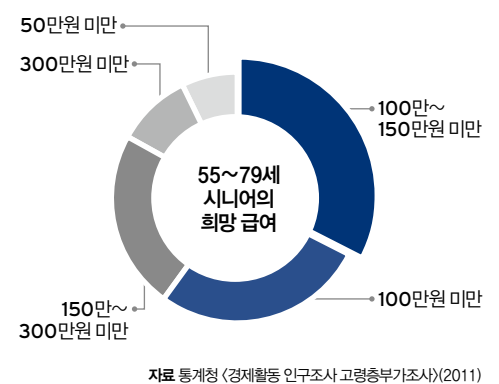
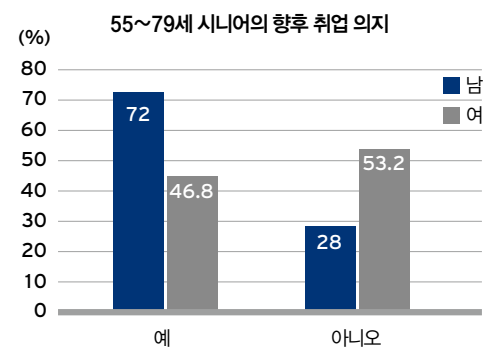
Check

정부에서 이런 일자리까지?

보건복지부(한국노인인력개발원)에서 추진하는 일자리 사업이 모두 저소득층을 위한 지원 사업이라고 생각하면 오산이다. 정부의 고령자 일자리 사업은 크게 공익형, 복지형, 교육형, 시장형, 인력 파견형, 고령자 친화 기업, 시니어 인턴십, 시니어 직능 클럽의 8가지로 나누는데, 이 중 공익형, 복지형, 교육형을 제외한 사업은 공공 영역이 아닌 민간 영역에서 만들어진 일자리다.

국장이나 편의점 같은 민간 기업에서 인턴십을 가지거나(시니어 인턴십), 농어촌과 학교 등지에서 단기간 파견직을 수행(인력 파견형)하는가 하면 10~15명이 모여 두부·된장 등을 제조하는 벤처기업을 만들 수도 있다(시장형). 또 동일한 직장 퇴직자들이 퇴직 전 기업과 연계해 일자리 기회를 확대(시니어 직능 클럽)하기도 한다. 이들 일자리와 관련, 정부는 초기 단계에는 재정적 지원을 하되 이후에는 자생적 성장을 유도한다는 입장이다.

한국노인인력개발원 사업운영국의 정종보 국장은 말한다. “관심을 가지면 일자리 정보는 굉장히 많습니다. 스스로 부지런히 찾는 노력이 필요하죠. 지역 내 가까운 노인복지관이나 시니어클럽 등을 방문해 반드시 이력서를 등록해 놓으세요. 자신에게 맞는 일자리를 찾는 데 아주 유용합니다.”



자료: 통계청 <경제활동 인구조사 고령층부가조사>(2011)

Info 은퇴준비학교-앙코르 스쿨 개설

“직장생활을 위해 16년을 투자한 당신은 은퇴 후 30년을 위해 얼마나 투자하셨나요?” 직장생활을 위해 16년이라는 긴 시간을 학교에 투자합니다. 하지만 은퇴 후 30년이라는 긴 시간을 체계적으로 준비하는 이들은 많지 않습니다. 조선미디어그룹 교육법인 조선에듀케이션과 시니어 비즈니스 전문 기업 시니어파트너즈는 베이비붐 세대의 집단 은퇴라는 시대적인 흐름에 발맞춰 은퇴준비학교-앙코르 스쿨 교육 프로그램을 개설했습니다. 기존의 은퇴 준비 교육이 재무 교육 일변도였던 데 반해 은퇴준비학교-앙코르 스쿨은 노후에 필요한 재무 및 비재무적인 교육과정을 조화롭게 구성했습니다. 특별한 본 교육과정은 최근 5년간 실시한 시니어 트렌드 조사 결과를 기반으로 기획해 시니어의 라이프스타일에 맞는 콘텐츠를 전문적으로 준비했고, 시니어 전문 포털사이트와 연계해 커뮤니티와 멘토 기반이 완비되어 교육 수료 이후에도 지속적인 후속 관리가 가능합니다. 은퇴 후 30년을 체계적으로 준비하고 싶은 개인 및 임직원, 고객관리가 필요한 기업의 많은 관심과 참여를 부탁드립니다.

교육 명칭 은퇴준비학교-앙코르 스쿨
교육 목표 자기진단, Action Plan을 통해 나에게 맞는 맞춤형 은퇴 체계적 준비
교육 분량 총 40시간 분량(Full Version, 맞춤형으로 변경 가능)
강사 구성 은퇴 후 성공적으로 활동을 재개한 최고경영자, 박사 출신의 전문 지식인으로 구성
교육 시설 서울시 강남구 삼성동 153-35번지 여송빌딩 4층 조선교육문화센터 (기업 연수 시설로도 활용 가능)
운영 기관 조선에듀케이션, 시니어파트너즈
커리큘럼 총 8개 과목, 재무 및 비재무 분야의 콘텐츠로 구성
문의 조선교육문화센터 (1661-7833, www.yourstage.com/encoreschool)



Writer's Pick

20~30년간 직장생활을 했다는 이유로 제2의 직업 역시 반드시 그 연장선상에서 찾을 필요는 없다.

대신 본인의 취향과 적성을 존중해보는 건 어떨까. 내가 좋아하는 게 무엇인지 고민하고 그 분야에 과감히 도전하자.

남들이 생각지 못한 아주 특별한 직업을 갖게 될 수도 있다.

2 도슨트

풍부한 예술적 감각을 지녔다면 도슨트(Docent)를 추천한다. 도슨트는

박물관이나 미술관에서 작품 및 작가에 대한 자세한 설명을 곁들여 관람객의 미술적 이해를 돕는 전문 안내인이다. 때문에 미술에 대한 지식과 안목은 필수. 특히 도슨트로서 활동하기 위해 갖춰야 할 기본 소양 중 핵심이라 할 수 있는 작품 이해 및 해석 능력을 함양하는 것이 관건이다. 현재 국립현대미술관, 서울시립미술관을 비롯한 각 미술관에서는 상시적으로 도슨트 양성 프로그램을 운영하고 있다.

서울시립미술관(sema.seoul.go.kr)의 경우 1년에 한 차례 도슨트 양성 강좌를 진행한다. 미술이론, 미술사, 작품분석방법론 등이 주요 커리큘럼으로, 교육은 일주일에 1화씩 3개월간 이뤄진다. 수료 후에는 서울시립미술관에서 도슨트로 활동할 수도 있다. 희망자에 한해 필기시험 및 프레젠테이션 테스트를 실시, 우수자를 선발하는 방식이다. 현재 대부분의 도슨트는 자원봉사 형태로 일한다. 그러나 소정의 자원봉사 활동비가 지급되며, 미술관 내 각종 전시 및 행사에 두루 참여할 수 있는 기회가 우선적으로 주어진다.



4 숲 해설가

숲 속의 나무 길을 거닐며 마음의 평안을 얻는 자연주의자라면 자연의 언어를

전하는 숲 해설가가 제격이다. 숲 해설가의 주 업무는 휴양림을 찾은 시민들에게 숲의 생태와 동식물의 특징에 대해 알려주는 것. 자원봉사를 목적으로 활동하는 경우가 많았지만, 관련 기관을 통해 활발한 경제활동을 펼치는 사례도 점차 늘고 있다. 숲 해설가가 되려면 산림청이 인증한 교육과정을 이수해야 한다. 현재 한국숲해설가협회(www.forest.or.kr) 등 관련 기관 및 대학에서 숲 해설가 교육과정을 운영하고 있다. 한국숲해설가협회의 숲 해설가 양성 인증 교육의 경우, 5개월 동안 일주일에 3회씩 수업이 이뤄진다. 주요 커리큘럼은 산림과 생태계, 산림환경교육론, 산림환경교육방법 등이다. 산림청 인증 교육 시간(140시간)에 숲 해설가로서 현장 활동에 필요한 교육 시간(46시간)을 더해 총 186시간을 모두 충족하면 숲 해설가 자격이 주어진다. 최근 바뀐 법령대로라면 시험을 거쳐 공인 자격증도 취득할 수 있다.



5 바리스타

멋의 상징인 커피를 능숙하게 다룬다는 것만으로도 바리스타(Barista)는 로망에 가까운 직업이다. 대학의 관련 학과로 학생들이 몰리는 것만 봐도 알 수 있다. 바리스타가 되기 위해선 아카데미나 학원을 찾아 관련 강좌를 수강하는 게 정석이다. 커피학개론에서부터 커피 추출 및 로스팅, 서비스, 식품 위생 등 전반을 두루 배울 수 있다. 현재 국가에서 공인하는 바리스타 자격증은 없다. 민간에서 주관하는 자격증이 3개 정도 있는데, 기관마다 규정이나 평가 방식은 거의 유사하다. 한국커피협회(www.kces.or.kr)의 바리스타 1·2급 자격증 시험의 경우, 한 해에 필기와 실기 평가가 각각 5회씩 진행된다. 6개월에서 1년간 교육기관에서 공부한 후 도전하는 게 일반적이다. 그러나 꼭 학원을 다녀야 응시할 수 있는 것은 아니니 커피에 조예가 깊다면 도전해볼 만하다. 바리스타 자격증이 취업에 필수는 아니지만 유리한 조건이 되는 것만은 확실하다.



케어기버

자신이 지닌 자질을 더욱 의미 있는 일로 발전시키고 싶다면 케어기버(Caregiver)만 한 게 없다. 거동이 불편한 노인을 위해 집에서 소일거리를 돕거나 병원에 동행하는 등의 서비스를 제공하는 케어기버는 실버산업이 활성화된 미국과 일본에서는 대표적인 인기 직종. 국내 역시 그 수요가 증가하는 추세다. 케어기버로 활동하기 위해서는 관련 전문 지식을 쌓고 실무를 익히는 것이 중요하다. 세계 최대 시니어 케어 전문 기업 홈인스테드시니어케어의 한국 법인인 홈인스테드코리아(www.homeinstead.co.kr)에서는 일정한 규정을 거쳐 케어기버를 채용하고 전문 교육까지 책임진다. 비의료 서비스를 제공하기 때문에 입사 시 특별한 학력이나 자격증은 필요치 않다. 입사 후 사내 교육 프로그램을 통해 시니어 케어의 전문 인력으로 거듭날 수 있다. 노인과의 대화법, 활동 계획 수립 및 진행, 노인성 질환의 증상과 개선 방법, 안전 수칙 등의 단계별 교육을 받으며 케어기버로서의 활동 영역을 넓혀가는 것. 단순히 정해진 시간을 채우면 수료하는 방식이 아니라 활동하는 동안 지속적으로 교육받을 수 있는 게 장점이다. 또한 홈인스테드코리아의 케어기버는 자신이 원하는 근무 분야나 시간 등을 직접 조정할 수 있기 때문에 자유로운 활동이 가능하다. 한편, 정부에서 운영하는 '노-노 케어' 사업도 눈여겨볼 만하다. '노-노 케어'는 건강한 고령자가 거동이 불편한 노인을 찾아 일상생활을 보조하는 일이다. 만 65세 이상의 고령자를 대상으로 지지체나 노인복지관, 시니어클럽 등을 통해 취업 신청을 하면 된다.



Intewview

시니어 바리스타 강준 씨

“‘맥심’밖에 모르던 제가 바리스타가 됐어요”

“출근하는 날이면 집에서부터 벌써 마음이 설렙니다. 일하는 시간이 기다려질 정도지요.” 강준(65) 씨는 ‘삼가연정’의 베테랑 바리스타다. 60세 이상 시니어들이 운영하는 북카페 삼가연정은 2009년부터 서울노인복지센터에서 지원해온 고령자 기업. 강 씨는 이곳의 창업 멤버로 3년째 활동하고 있다.

그녀는 20년 가까이 근무하던 호텔에서 퇴직한 후 적극적으로 바리스타 타이틀을 달게 됐다. “은퇴 후 2~3년간은 쉬면서 공부나 운동, 봉사로 시간을 보냈어요. 워낙 가만히 있지 못하는 성격이라… 그러다 서울노인복지센터를 알게 됐고, 취업을해보자 싶어 이력서를 냈습니다. 그리고 운 좋게 바리스타가 됐어요.” 여러 차례 면접을 거쳐 삼가연정 기획에 참여, 창업·취업 교육을 받은 강 씨는 일주일에 2~3일을 삼가연정에서 일하며 실무를 익혔다. 현직 바리스타 매니저에게 커피를 만드는 방법 등을 주로 배웠다.

“마키아토니 헤이즐넛이니, 커피 종류가 워낙 많았어요. ‘맥심’밖에 모르던 저로서는 어찌나 혼란스럽던지요. 커피에 조예가 깊지 못했기 때문에 정보를 위우고 기억하는 게 힘들었어요.” 공부도 어렵거니와 일하는 6시간 동안 거의 서 있다시피 하는 것은 체력적으로도 적잖은 부담이 됐다. 그만두고 싶은 마음도 여러 번 들었다. 하지만 1년 정도 시간이 지나자 상황은 달라졌다. 실력은 그야말로 일취월장했고, 강 씨는 어느덧 ‘전수’가 돼가고 있었다. “일이 익숙해지니 즐거웠지요. 여기가 ‘내 카페’라는 생각이 드니 손님 한 명, 한 명이 소중하게 느껴질 수밖에요. 아무것도 모르는 분야에 도전해서 일귀낸 성취이기 때문에 더 애착이 가요. 그만큼 힘들게 익혔기 때문이겠지요.”

일하는 매 순간이 행복하다는 강 씨. 최근엔 이런 일도 있었다. “단골손님 중 작가가 한 분 계세요. 어느 날 그분이 오셔서 문예지에 실린 본인의 소설을 보여주시더라고요. 읽어보니 작품 배경이 이곳 삼가연정이네요. 아주 반갑고 고마웠지요. 시니어들의 로맨스를 그린 작품이라 더욱 의미 있었는데, 해피엔딩이 아니라 조금은 안타까웠어요(웃음).”

이런 그녀에게 남편과 두 자녀는 든든한 후원자. 하지만 처음 그녀가 바리스타 교육을 받는 다고 했을 때 남편은 심하게 반대했다고. “예순이 넘어서 무얼 새로 배우겠다고 그러냐며, 맘에 들어하지 않았어요. 그렇지만 제 생각은 달랐습니다. 배움이란 건 원래 끝이 없고, 더욱이 지금은 제2의 직업이 필수인 시대잖아요. 남편을 설득했죠. 지금은 남편도 제가 하는 일을 좋아해요. 집에서 맛있는 커피도 만들어주고 하니까요.” 강 씨는 누누이 강조한다. 비록 잘 알지 못하는 분야라 하더라도 도전해서 노력하면 안 되는 일이란 없다고. 그리고 힘들게 얻은 만큼 성취감은 배로 높다. “저는 운이 좋았어요. 기회를 잡았고 또 노력했지요. 도전에 성공했기 때문에 지금 다시 새로운 일을 시작한다 해도 성공할 자신이 생겼어요.”

그녀는 시니어들이 은퇴 후 행복한 나날을 보내기 위해서라도 일은 필수라고 말한다. “일 거사득’ 아닌가요? 특별한 기술을 익힐 수 있어 좋고, 자녀들에게 용돈 부담을 주지않아 좋지요. 또 규칙적인 생활로 건강을 지키고 사람들과 어울리며 소통할 수 있는 것, 그 역시 행복한 일이지요.” 건강이 허락하는 한 앞으로도 오래 바리스타로 남고 싶다는 강 씨. 다행히 그녀는 지금 매우 건강하다. 별다른 지병은 없냐고 묻자, 그녀는 씩스러운 듯 말살이다 “감기…”라고 작게 속삭인다.



7 티소믈리에

차(茶)의 깊은 풍미를 만끽하고 싶다면 티소믈리에(Tea Sommelier)에 도전해보자. 티소믈리에란 티 테이스팅(Tea Tasting) 훈련을 거친 전문가를 지칭한다. 고객의 기호를 파악하고 그에 맞는 차를 추천해주거나, 고객이 요청한 차에 대한 특징을 알기 쉽게 전달하는 것이 주 업무다. 이를 위해서는 여러 차의 종류와 맛을 알아야 하며, 맛·향·특징·산지 등에 대한 풍부한 지식을 갖추고 있어야 한다. 각계에서 티소믈리에가 활발히 활동하고 있지만, 국내에는 아직 티소믈리에를 양성하는 공인 자격증 제도는 없다. 다만 양성 기관에서 그에 맞는 과정을 이수할 수 있다. 국내 대표 티소믈리에 양성 기관으로는 한국티소믈리에연구원(www.teasommelier.kr)이 있다. 이곳의 교육 프로그램은 매주 2화씩 4개월간 진행되며, 차의 정의와 테이스팅의 기본을 익히는 것은 물론이고, 백차·녹차·우롱차·보이차·허브차 등의 거의 모든 종류의 차를 시음하며 향미를 감별한다. 교육 후에는 전문 티소믈리로, 혹은 차 관련 아카데미 강사로 활동할 수 있다. 웰빙과 힐링에 대한 관심이 급증하는 추세이니 만큼 차 전문가의 영역은 갈수록 확대되고 있다.



주례

결혼이라는 새로운 세계에 들어선 젊은이들을 축하하고 격려하는 일은 그 어떤 일보다 값진 것이다. 더욱이 여기에 자신의 지난 삶의 경륜이 보탬이 된다면 더할 나위가 없다. 은퇴 후 많은 이들이 주례에 도전하는 이유다. 주례 전문인이 되고자 한다면 단지 과거의 화려한 이력만으로는 부족하다. 웨딩업계에서의 신뢰도를 높일 수 있도록 관련 자격증을 취득해두는 게 도움이 된다. 보건복지부의 승인을 받아 혼례지도사 자격증 시험을 주관하는 한국주례전문인협회(www.jures.or.kr)의 문을 두드리는 것도 한 방법. 한국주례전문인협회에서는 전문자격과정을 운영한다. 매년 1~2차례 수강생을 모집하고, 서류전형에 통과된 지원자에 한해 4일간의 교육과정이 이뤄진다. 이를 통해 목소리 톤이나 옷매무새 등 이미지 메이킹 방법에서부터 젊은 부부들의 변화된 인식에 이르기까지 주례에 필요한 내용을 두루 배우게 된다. 교육과정을 이수한 후에 혼례지도사 자격증에 도전할 수 있는 요건이 주어지며 필기 및 실기시험을 통해 합격 여부가 판가를 낸다. 합격률은 대략 30~40% 정도. 우수한 성적으로 합격한 이들은 협회 소속으로 활동할 수 있으며, 프리랜서로 활동하기를 원하면 웨딩홀과 직접 연계하는 것도 가능하다.



PEOPLE

경제 전문가 장철 인생이라는 무대에서 삶을 즐긴다

스튜디오 조명이 켜지고 카메라에 빨간불이 들어오면 더욱 생기가 돈다는 경제 전문가이자 방송인 장철.

아저씨가 아닌 멋쟁이 중년 남성으로 살아가는 그는 스키니 진을 즐겨 입고,
유행 패션에도 과감히 도전한다. 단지 스타일만이 아니다.
가슴속에 품은 의지와 열정은 그의 삶을 청춘의 그것과 다를 바 없이 만들어주는 요소다.



“글로벌 그룹으로 성장한
대기업들은 10년 앞을 내다보고
사업의 방향을 설정하고
준비해왔기에 현재의 위치에
오를 수 있었던 것이다.
개인도 마찬가지다.
10년 뒤 상황은 아무도 모른다.
그렇지만 미래의 나는
이런 모습이고 싶다는 계획을
세울 수 있는 것 아니겠는가.”

많이 부족하다. 다양한 직종의 사람들을 패널로 구성하는데, 경제 분야 인물로 섭외된 것이다. 제안을 받고 이 기회에 교양을 쌓는 것도 좋겠다 는 생각으로 참여했는데, 쉬운 일이 아니더라.” 매주 방송되는 프로그램이다 보니 패널들은 매주 4권씩 책을 읽어야 하는데, 내내 책만 읽더라도 한 주에 4권을 읽기란 버거운 일 아닌가. 그는 녹화 끝나고 오면 집으로 배달돼온 책 읽기에 바쁜 생활을 1년 반 동안 지속하다, 지난 5월 프로그램에서 자신 하차했다. 패널로 참석했던 이들 중 그는 가장 오래 함께한 패널이라는 기록을 보유한 채,

장철은 펀드매니저로 사회생활을 시작해 경제연구소, 한국금융연수원 등을 거쳐 한맥투자증권 리서치센터 이사로 재직 중이다. 어디선가 본 듯한 낯익은 느낌은 영화감독 장진을 닮은 생김새의 영향도 있었으나, 사실 그는 방송 경력 15년에 달하는 경제 전문 방송인이기도 하다. 1998년 KBS 프로그램 <경제전망대>에서 증권회사 직원으로 ‘증시 안테나’라는 코너를 맡아 방송에 출연한 것을 계기로 공중파 TV와 라디오, 케이블 채널 등에서 고정 프로그램을 맡아 진행하고 있다. 현재는 KBS 라디오 <경제를 배웁시다>, MBN <생방송 매일경제>의 진행자이며, 중앙대학교·한세대학교 겸임교수이기도 하다. 이런 경력을 가진 그가 문학, 인문, 역사 등 다양한 장르의 책을 소개하고, 관련 이야기를 나누는 방송 프로그램의 패널로 출연해 입담 총계 말하는 것을 보니 ‘경제 전문가’ 이외에 숨겨진 이야기가 있지 싶었다. “그렇지 않다. 경제 관련 서적만 보았기 때문에 사실 인문학적 소양은

방송인의 꿈, 결국 이루다

장철의 학창 시절 꿈은 아나운서였다. 사투리를 써서 안 된다는 아나운서로 활동하는 선배의 만류에 사투리를 고쳐서 하겠다고 마음먹었지만, 그가 입시를 준비하던 해에 양 방송사의 파업으로 신입사원 채용이 없었다. 그래서 1990년대 초 인기 직종이던 증권회사에 들어갔다. 고객의 돈 수천억원을 관리하는 펀드매니저라면 업무의 성격상 냉철한 수학적 사고를 가지고 있을 것이라는 선입견을 갖게 된다. 그러나 대학 시절 음악다방 DJ를 할 만큼 끼가 많고, 사람들의 관심과 주목을 받는 아나운서가 되고 싶었던 그는 그에 대한 미련을 버리지 못했다. 그래서 모델 에이전시에 등록, TV 광고 모델로 활동하기도 했다. 비록 광고 속 스킨 지니는 무수한 인물 중 한 명으로 등장했지만, 여의도 증권맨의 이중생활은 1년간 지속되었다. 그러다 회사 대표로 방송사 경제 관련 프로그램 오디션에 지원해 선발된 후 경제 프로그램의 중시 소개 코너 출연을 계기로 방송계에 입문한 것이다.

‘꽃중년’은 타고나는 것이 아니라 가꾸는 것이다

1967년생, 올해로 46세인 장철은 그야말로 ‘꽃중년’이다. 동안 덕분이기도 하지만 그에 못지않게 자신을 가꾸는 데에도 소홀하지 않은 덕이다. “경제 용어로 비유하자면 몸매는 곧 펀더멘털(Fundamental)이다. 몸매가 좋으면 옷을 입어도 맵시가 살고, 유행 패션에도 과감히 도전할 수 있다. 최근에는 젊은이들이 많이 입는 스키니 진을 시도해보았는데, 의외로 주변 사람들의 반응이 좋아 즐겨 입고 있다.” 캐주얼한 차림을 할 때에는 체인 장식, 비니 등 패션 소품을 활용한다는 그는 촬영 때에도 스타일리시한 모습을 연출했다. 양복 대신 갈아입은 복장은 하늘색 셔츠에 자수로 장식한 화이트 재킷, 스키니 진, 워커의 조합. 그러나 단지 패션 감각을 지녔다고 해서 ‘꽃중년’이라 할 수 있을까. 40대 중년 남성인 그가 젊어 보이는 이유는 현재를 즐길 뿐만 아니라 미래에 대한 설렘을 잃지 않고 있기 때문이라는 생각이 든다. “글로벌 그룹으로 성장한 대기업들은 10년 앞을 내다보고 사업의 방향을 설정하고 준비해왔기에 현재의 위치에 오를 수 있었던 것이다. 개인도 마찬가지다. 10년 뒤 상황은 아무도 모른다. 그렇지만 미래의 나는 이런 모습이고 싶다는 계획을 세울 수 있는 것 아니겠는가. 바쁘다는 핑계로 차일피일 미뤘었는데 더 늦기 전에 조리사 자격증을 딸 생각이다. 워낙 요리를 좋아하기 때문이기도 하지만 좀 더 나이가 든 후에는 요리 프로그램을 진행해보고 싶은 욕심이 있기 때문이다.” 인생이라는 무대에서 삶을 즐기는 장철. 자신이 하고 싶은 일에 대한 의지를 갖고, 열정적으로 삶을 대하는 그를 만나고 나니 사무엘 올만의 시 ‘청춘이 떠올랐다. ‘청춘이란 인생의 어떤 시기가 아니라 마음가짐이다 / 장밋빛 볼, 붉은 입술, 부드러운 무릎이 아니라 / 강인한 의지, 풍부한 상상력, 불타오르는 열정을 말한다 / 청춘이란 인생의 깊은 샘에서 솟아나는 신선한 정신이다...’

경제 전문가 장철이 추천하는, 놓치면 후회할 책

인간관계 맺는 기술

세계적인 커뮤니케이션 전문가 존 맥스웰이 인간관계 맺는 기술을 제시한 책. 사람들이 인간관계에서 느끼는 어려움이 무엇인지를 짚어내고, 왜 사람들과 관계 맺는데 문제가 생기는지, 또 그것을 원만히 해결하면서 서로 돈독한 관계를 맺을 수 있는 방법은 무엇인지에 대한 구체적인 실천 지침을 제시한다. **창립출판**

잃어버린 책을 찾아서

저자가 책을 없었거나 화재나 사고로 책이 유실된 경우, 저자의 죽음으로 작품이 완성되지 못한 경우나 저자가 구상한 하고 쓰지 못한 경우 등 상실된 문학의 역사를 들여다볼 수 있는 책. 셰익스피어에서 실비아 플래스, 호메로스에서 헤밍웨이, 단테에서 에즈라 파운드에 이르는 위대한 작가들에 얽힌 뒷이야기가 흥미진진하다. **민음사**

식량의 종말

비만과 기아, 수출 농장으로 바뀌고 있는 제3세계의 황무지 등 별개로 보이는 문제들이 서로 연결돼 있음을 풀어내며 식품 배후에 놓인 경제학적 현실을 어떻게 극복할 것인가에 대한 대안과 제언을 담은 책. 대량생산과 대량 소비에 결박된 식품 시스템의 문제점이 얼마나 큰지를 생생하게 얘기하고 있어 흥미롭다. **민음사**

10년후 미래

대니얼 엘트먼 뉴욕대 비즈니스 스쿨 교수가 도발적이고 반직관적이며 매우 논리적인 방법으로 세계경제의 장기적인 변화 방향을 예측한 책. 다가오는 미래에는 어떤 산업이 성장하고 어떤 국가가 경제적 우위에 직면할 것인지, 성공적인 투자 분야는 무엇이고 다음의 경제 위기는 어디서 어떻게 발생할 것인지에 대한 날카로운 통찰을 보여준다. **창립출판**

나쁜 초콜릿

카카오의 세계적인 주산지로 각광받는 코트디부아르, 그러나 그곳의 현실은 녹록지 않다. 가난에 찌든 코트디부아르 농민들의 실정과 카카오를 둘러싼 부패와 내전을 폭로한 책. 치명적인 달콤함의 이면에 숨겨진 수많은 사람의 피와 땀으로 얼룩진 초콜릿의 역사를 알아나가다 보면 갑자기 초콜릿이 쓰디쓰게 느껴진다. **알마**

월든

19세기 미국의 저술가이자 사상가인 헨리 데이비드 소로의 대표작. 허버트대학 졸업 후 육체노동으로 생계를 이어가던 소로가 1845년 월든 호숫가의 숲 속에 들어가 2년간에 걸쳐 자급자족하는 생활을 시도한 산문이다. 대자연의 예찬인 동시에 문명사회에 대한 비판이며, 어떤 것에도 구속받지 않으려는 한 자주적 인간의 독립 선언문이다. **은행나무**

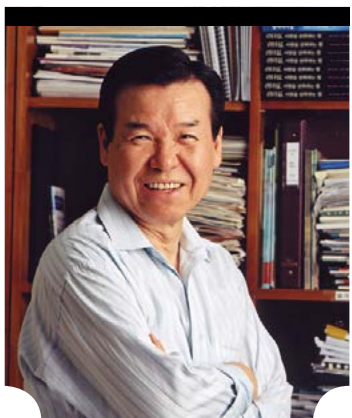
MY SONG



이경철 숙명여대 사회교육대학원 골프매니지먼트 교수
애창곡 김현식의 '내 사랑 내 곁에'
 노래는 결국 추억 아닌가. '내 사랑 내 곁에'는 대학 시절 선운배, 동기들과 막걸리를 나눠 마시며 즐겨 부르던 노래다. 1980년대 중반, 나라 안 정세가 혼란하던 그 시절엔 이처럼 구슬픈 노래들이 유행했다. 양희은, 김현식, 유재하... 가수 김현식은 당시 골방처럼 작은 소극장에서 통기타를 치며 콘서트를 열고는 했는데, 한두 번 그의 공연장을 찾은 적이 있다. 공연 뒷풀이에서 그와 함께 소주잔을 기울이기도 하고, 값진 추억이다.
특별한 이야기 지금은 노래 부를 일이 거의 없지만 30대 때만 해도 많이 불렀다. 김현식이나 유재하의 곡을 특히 좋아한다. '내 사랑 내 곁에' 같은 곡은 내게 노래이기 이전에 추억이다. 내 도래는 모두 비슷한 경험을 가지고 있으니, 내가 그 노래를 부를 때면 함께 따라 부르고는 한다. 지금에 와서 생각해보면, 결국 가장 아름다운 건 추억인 것 같다. 내가 또 워낙 노래를 잘하기도 한다. 한번 불렀다 하면 기립박수 받고 그러니까...(웃음).



한복선 한복선식문화연구원 원장
애창곡 윤석희의 '봄날은 간다'
 (영화 <봄, 눈> 삽입곡)
 백설희의 '봄날은 간다'를 최근 영화에서 윤석희가 다시 불렀는데, 그녀가 부른 버전을 좋아한다. 님두리 같은 이 노래의 가사를 가만히 음미해보면 그 자체로 그림이 그려진다. 특유의 서정적인 무드 때문에 어떤 때는 눈물이 나기도 하는데, 우리네 인생 역시 이 노래처럼 슬픈 것이 아닐까 싶다.
특별한 이야기 고백하건대, 나는 노래를 잘 부르지 못한다. 목소리 톤이 높아 오래 노래를 꽤 잘 부를 것이라고 생각하지만 전혀 그렇지 않다. 음정이 불안정해서 해매기 일쑤다. 그러다 보니 자연히 노래 부르는 일에 자신이 없다. 젊은 시절에는 TV 노래자랑 프로그램 출연 제의를 받기도 했지만, 눈물을 머금고 고사해야 했다. 하지만 노래에 대한 관심은 누구보다 많다. 가요뿐 아니라 민요도 좋아해서 경기민요를 배운 적도 있다. 소질이 전혀 없어 문제였지만(웃음). 노래 듣는 것도 좋아해서 <나는 가수다> <K팝 스타> 같은 프로그램은 꼭 챙겨 본다. 노래라는 것, 그 속에는 인생이 녹아 있다. 생로병사가 한데 깃들어 있다. 노래를 듣고 따라 흥얼거리다 보면 마음이 절로 청정해진다.



김경섭 한국리더십센터그룹 회장
애창곡 '에델바이스'
 (영화 <사운드 오브 뮤직> 삽입곡)
 일단 가사가 참 좋다. '언제나 활짝 피고 무럭무럭 자라나라(Bloom and grow forever)'는 구절이 있는데, 늘 가슴 뛰는 꿈을 가지라는 의미로 읽힌다. 그리고 에델바이스의 꽃말은 '소중한 추억'이다. 바로 우리 시니어 세대를 위한 것이 아닌가. 어린아이부터 나이 든 CEO에 이르기까지 모두가 꿈을 찾을 수 있도록 돕는 일을 하는 내 주제가로 제격이라 할 수 있다. 혹시라도 그저 그런 평범한 노래라고 생각하는 분이 있다면 가사를 꼼꼼히 읽고 감상해보길 권한다.
특별한 이야기 '에델바이스'는 내 인생에서 가장 소중한 아내와의 추억이 담긴 노래다. 아내와 첫 데이트를 할 때 이 곡을 불렀는데, 그 가사대로 사랑이 활짝 피고 무럭무럭 자라 이제 결혼 44주년이 되었다. 아내와 나는 지금껏 함께 리더십 코칭 강의를 하고 있다. 유학 시절 우리 부부의 사랑을 이어준 이 노래를 나는 요즘도 종종 부른다. 특히 회사에서 무거운 분위기를 바꾸기 위해 "들아가면서 노래 한 소절씩 하자"고 권하고는 이 노래를 불러 직원들에게 웃음을 주기도 한다.



김영선 알앤엘바이오 스태프뷰티사업부 대표
애창곡 조장혁의 '중독된 사랑'
 참 분위기가 있는 곡이다. 어느 자리에서 누군가 부르는 것을 봤는데, 너무 좋아서 열심히 연습했다. 그리고 노래를 불러야 할 자리가 생기면 이 곡을 부르곤 한다. 곡 자체가 워낙 깊이가 있기 때문에 가창력이 뛰어나지 않아도 노래 잘한다는 얘기를 들을 수 있다.
특별한 이야기 2000년대 초 화장품 사업을 처음 시작한 무렵, 10명 미만의 직원들과 자주 회식을 하고 노래방도 가면서 이 노래를 즐겨 불렀다. 이후 회사 규모가 커지고 점점 바빠지면서 노래 부를 기회도 많이 줄었다. 어쩌다 회식을 해도 대표는 되도록 빨리 빠져주는 게 예의 아닌가(웃음). 요새는 1년에 한두 번 각계 대표이사 모임에서 부르곤 하는데, 그때마다 이 노래는 인기 만점이다. 그런데 2000년대 초, 그러니까 내가 30대 초반일 때 부르던 것과는 느낌이 확실히 다르다. 요즘엔 이 노래를 부르면 고음 처리가 잘 안 된다. 한 번 부르고 나면 다음 날 목이 쉬어 일하기 힘들 지경이다. 이제는 내가 나서서 열창을 할 것이 아니라, 젊은 직원들이 부르는 신곡을 듣고 그들을 응원해야 할 때가 아닌가 한다. 아울러 부르기 쉬운 다른 애창곡을 하나 마련해야 할 듯하다.



조현중 (주)사뿐 대표이사
애창곡 자우림의 '하하하송'
 40대 후반의 남자들이 흔히 부르는 노래가 무척 지겨웠다. 뭔가 객석이 환호하는 분위기를 원했다. 근사하게 품 잡고 부를 만큼 가창력이 좋은 편도 아니어서 노래를 불러야 하는 순간이 오면 항상 고민하게 됐다. 그러다 만나게 된 곡이 '하하하송'이다. 가창력과 상관없이 열심히 뛰어들다며 부르지만 하면 폭발적인 반응을 일으키는 노래다. 부를 때마다 나 스스로도 무척 즐겁다.
특별한 이야기 '하하하송'을 공동 브랜드 대표자 협의회라는 경제인 모임이 있다. 주로 40~70대의 유명 업체 대표이사들이 모이는 모임이다. 그곳에서도 나의 깜짝 선곡은 역시 '하하하송'이었다. 그러자 모든 참석자들이 자리에서 일어나 환호하고 함께 웃으며 따라 부르는 것이었다. 나에게 이 노래는 신나는 강동 그 자체다.

©김소란/C. 양상미/데어

TIPS

비타민 C 폭탄 '로즈힙'

Marigold 메리골드
 금잔화의 일종인 황금색 꽃의 꽃잎. 중동이나 유럽에서 흔히 볼 수 있다. 은은한 향이 특징으로, 여러 차에 감초처럼 쓰인다. 면역력을 높이고 해열 발한 작용을 돕는다. 담즙의 분비를 촉진해 간장의 활동을 원활하게 한다. 소화와 영양 흡수에도 효과적이다.

시린 마음까지 따뜻하게 녹여줄 차(茶)
 한 잔이 간절한 계절이다. 맛과 향이 풍부할뿐더러 건강에도 이로워 자주 찾게 되는 차.
 국내 1호 티소플리에 정승호 원장은 요즘은 우리의 몸과 마음을 지켜줄 최적의 차로 '로즈힙'을 꼽았다.

장미의 꽃과 잎, 열매는 모두 차의 좋은 재료가 된다. 그중 열매가 바로 로즈힙이다. 여기에는 다량의 영양소가 함유돼 있는데, 특히 비타민 C의 함유량이 높다. 레몬의 20배가 들어 있어 '비타민 C 폭탄'이라고도 불린다. 한국티소플리에연구원 정승호 원장은 "어떤 차는 오래 복용하면 몸에 좋지 않은 영향을 주기도 하지만 로즈힙 차는 다릅니다. 비타민 C와 각종 유기물이 풍부해 여러모로 건강에 이롭습니다. 감기를 예방하는 것은 물론이고, 거친 피



Rose Hip 로즈힙
 장미의 열매. 각종 영양소가 풍부해, 특히 비타민 C의 함유량이 높다. 감기를 예방하는 것은 물론이고 지친 피부를 개선한다. 아울러 비타민 A, B, E도 풍부해 신진대사를 촉진하고 자양 강장 효과도 높다. 이처럼 다양한 효능 덕분에 옛날 잉카에서는 '젊음의 비약(秘藥)'으로 여겼다고 한다.

Rose Petal 로즈페탈
 장미의 잎. 달콤한 향과 깔끔한 맛이 일품이다. 신경성 복통이나 설사를 가라앉힌다. 호르몬 분비를 조절해 갱년기장애를 개선하는 데도 도움이 된다. 고민거리가 있을 때나 기분을 전환하고 싶을 때 제격이다.

부를 개선하거나 술·담배에 대한 면역력을 높여주기도 합니다"라고 설명한다. 아울러 비타민 A, B, E도 다량 함유돼 있어 자양 강장 효과가 높고, 신진대사를 촉진해 다이어트에도 탁월하다. 이처럼 뛰어난 효능을 지닌 로즈힙은 그러나 본연의 맛은 진하지 않다. 정 원장은 말한다. "어느 차보다 진하게 우려내야 깊은 맛을 음미할 수 있습니다. 말린 열매를 통째로 넣으면 잘 우려나지 않으므로 끓는 물을 붓기 전에 열매를 수

저로 살짝 으개어두면 좋습니다. 그리고 보통의 차보다 오래 우려내야 하는데, 일반적으로 3g 기준 3~4분 정도라면 로즈힙은 8분 정도가 적당합니다. 오래 우리다 보면 꿀처럼 달착지근한 맛을 느낄 수 있을 거예요."

한편, 정 원장은 로즈힙의 향미를 돋우기 위해 다른 종류의 차를 함께 블렌딩할 것을 제안한다. 장미의 잎인 로즈페탈이 향을, 금잔화의 일종인 메리골드가 색을 더해줄 수 있다는 것. 로즈힙에 로즈페탈과 메리골드를 가미하면 효능은 물론, 은은한 향과 색까지 두루 겸비한 최고의 차를 만날 수 있다. "좋은 로즈힙을 고르고 싶다고요? 정답은 없습니다. 여러가지를 마셔보는 것 외에는요. 많은 차를 테이스팅해보는 것이 좋은 차를 고르는 가장 완벽한 방법입니다."

머리 염색에 대한 오해와 진실



Copyright/multibis

소설가 이외수의 <감성사전>에서는 새치, 즉 흰머리를 이렇게 정의한다.
 '젊음이 다했다든 경보신호이자 노인이 되기 위한 부분 예방연습.' 말하자면 흰머리는 누구도 피해갈 수 없는 노화의 한 과정이다. 자신을 젊게 가꾸기 위한 방법으로 염색을 택하기도 하지만, 세간에는 염색에 대한 갖가지 무서무서한 속설이 떠돈다. 시력을 떨어뜨린다고거나 암을 유발한다는 등의 얘기가 그것이다. 염색을 둘러싼 속설, 어디까지가 진실일까.

1 **염색은 시력을 떨어뜨린다?**
 [※] 우리가 흔히 사용하는 염색약은 pH 10.0 정도의 강한 알칼리성으로 결과 등에 좋지 않은 영향을 미친다. 염색제가 눈에 들어가면 결막이 손상될 수도 있다. 물론 눈에 들어간 경우와 하더라도 생리염수로 재빨리 행구내고 안과에서 적절한 치료를 받는다면 심각한 손상은 피할 수 있다. 그러나 시력과 관계 있는 망막이나 시신경에는 염색제가 직접적인 영향을 끼친다고 보기 어렵다.

2 **새치 커버에 쓰이는 검은색 염색제가 두피에 가장 해롭다?**
 [●] 염색제의 색상이 검을수록 염료 성분이 많고, 밝을수록 탈색 성분이 많이 함유된 것이다. 따라서 색상이 검을수록 접촉 알레르기 피부염을 일으킬 우려가, 밝을수록 모발 손상의 위험이 높다. 즉, 검은색 염색제가 두피 건강에는 가장 해롭다고 볼 수 있다.

3 **염색은 파마보다 모발이나 두피 건강에 더 해롭다?**
 [▲] 대부분의 염색약에는 PPDA 등 디아민계 염료가 들어 있어 접촉 알레르기 피부염을 일으킬 수 있다. 접촉 알레르기 피부염은 파마보다 염색 시 더 많이 발생한다. 하지만 모발 손상이나 탈모는 파마의 영향이 더 크다.

4 **머리 전체를 염색하는 것보다 뿌리 부위만 염색하는 것이 두피 건강에 이롭다?**
 [※] 문제는 염색제의 성분. 염색 부위는 큰 영향을 미치지 않는다.

5 **정기적으로 염색을 하면 특정 암에 걸릴 수 있다?**
 [※] 현재까지의 연구 결과, 통계적으로 유의미한 특정 암과의 연관성은 보고된 바 없다.

6 **질병 회복기에는 염색을 해서는 안 된다?**
 [▲] 절대적인 금기는 아니다. 다만 면역 저하 등으로 인해 접촉 알레르기 피부염과 같은 부작용이 발생할 우려가 높다. 염색을 꼭 해야 한다면, 산성 재료를 이용한 모발 코팅이 바람직하다.

7 **두피나 얼굴, 목 등에 상처가 있을 때는 염색을 삼가야 한다?**
 [●] 두피에 상처가 있을 때는 당연히 염색을 피하는 것이 좋다. 그리고 얼굴, 목 등에 상처가 있다면 상처 부위에 염색제가 닿지 않도록 주의하며 염색해야 한다.

8 **여성의 경우, 생리 때 염색을 해서는 안 된다?**
 [▲] 이 역시 절대적인 금기는 아니다. 그러나 생리 때 염색하면 호르몬 변화 등으로 인해 각종 부작용을 유발할 수 있으므로 삼가는 것이 좋다.

ADVISOR
 대한피부모발학회 김한구 학술위원장(SW클라게), 이철우 수석학술이사(GM클라게)

BEAUTY

화장품, 벤자민 버튼의 시간을 꿈꾼다

주름은 마치 나이테 같다. 나이테는 세포 성장이 느린 겨울에 형성되는데, 사람의 주름도 마찬가지다. 건조한 날씨나 찬바람에 대책 없이 얼굴을 방치했다간 어느 날 문득 웅이처럼 깊게 파인 주름에 놀랄 수 있다. 겨울의 문턱에 선 지금, 품위 있는 세월의 흔적을 원한다면 안티에이징 제품을 챙기자.

주름 개선 기능성 고농축 에센스. 피부에 바르면 가볍게 퍼지면서 끈적임 없이 흡수된다. 상처 회복, 피부 신진대사 촉진, 산화 방지 기능이 있는 허브 성분을 함유했다. 토너 사용 후, 적당량을 부드럽게 펴 발라줄 것. **빌리프 디 림블 트리트먼트 에센스**(50ml·6만원)

항산화, 탄력 개선 성분 등을 함유한 나이트 세럼. 자는 동안 단계별 각질 제거가 이루어져 다음 날 아침, 피부가 더욱 부드러워진 것을 확인할 수 있다. 아침에 사용해도 즉각 효과를 볼 수 있다. **랩시리즈 MAX LS 오버나이트 리뉴얼 세럼**(30ml·9만6천원)

얼굴 윤곽, 피부 톤, 탄력 개선에 효과적인 남성 전용 안티에이징 에센스. 용기 윗부분에 3개의 불이 장착되어 얼굴 마사지 효과와 동시에 제품이 피부 깊숙이 스며들 수 있도록 돕는다. **헤라움 블랙 퍼펙트 클론 에센스**(50ml·6만5천원)

세포를 활성화하는 성분이 첨가된 고영양의 피부 노화 개선 세럼. 밀착감이 뛰어나고 흡수가 빠르며 부드럽고 촉촉한 감촉이 특징이다. 스포이트로 2~3방울 손가락에 덜어 피부결을 따라 고루 펴 바르고 손바닥으로 두드려 흡수시킬 것. **비온드 타일리스 셀라뉴 세럼**(50ml·5만5천원)

무강을 여는 순간 진한 홍삼 향이 퍼진다. 6년간 홍삼의 글루칸 성분을 정제해 만든 크림이기 때문이다. 여성보다 피지 분비량이 많고 두꺼운 남성 피부에 맞춰 고농축 홍삼 성분을 함유했다. 피부의 유·수분 밸런스를 조절하고 보습력을 되찾아준다. **동인비 동인비현 크림**(50ml·10만원)

에멀션 형태를 띠고 있지만 피부에 닿으면 액체 타입으로 변해 스며든다. 남녀 공용 제품으로 산뜻한 촉감이 강점이다. 바르는 순간 피부가 팽팽해지는 느낌을 주며, 지속적으로 사용하면 탄탄하고 매끄러운 피부로 개선해준다. **랑콤 레네르지 멀티-리프트 라인**(30ml·15만원)

피부 손상을 회복하고, 피부 시간을 되돌리는 더블 안티에이징 케어 제품. 비오템 특허 성분 순수 플랑크톤 PTP가 피부 본연의 기능을 활성화시켜 자연 방어력을 높인다. 눈가를 제외하고 얼굴에 고루 발라 두드려 흡수시킬 것. **비오템 스킨비보 리베시브 안티에이징 세럼**(50ml·11만원)

비오템이 특허받은 순수 플랑크톤 PTP와 리베세롤 SV 성분을 함유했다. 낮 동안 자극받은 피부를 진정시키고 재생을 돕는다. 아이리스, 제스민 등 진정을 돕는 향을 첨가해 숙면에도 좋다. **비오템 스킨비보 나이트크림**(50ml·9만6천원)

F. 스코트 피츠제럴드의 소설을 원작으로 한 영화 〈벤자민 버튼의 시간은 거꾸로 간다〉는 노인의 몸으로 태어나 나이를 먹으면서 젊어지는 남자 벤자민 버튼의 삶을 그린 이야기다. 허무맹랑한 소재지만 누구나 한번쯤 시간을 거스르는 것을 꿈꿔보았을 것이다. 최근 화장품 업계에서는 벤자민 버튼처럼 극적이진 않아도 피부 노화를 늦추는 안티에이징 제품이 쏟아져 나오고 있다. 주름 개선과 보습 강화 성분, 처진 피부에 탄력을 주는 리프팅 성분이 함유된 안티에이징 제품은 그 종류를 헤아릴 수 없을 정도로 다양하다. 스킨, 로션과 같은 기초 라인은 물론 기능성 크림과 마스크 팩까지 등장했다. 이는 남성 화장품이라고 예외가 아니다. 사회 중견 인사로 자리매김한 시니어라면 경쟁력 확보를 위해 품격이 느껴지는 스타일을 연출할 필요가 있다. 이를 위해 피부 관리는 필수. 주름을 피할 순 없다 해도 방지하지 말고 천천히 멋있게 자리 잡도록 안티에이징 제품으로 관리할 것을 권한다. 특히 겨울은 피부 관리에 주의를 기울여야 하는 계절이다. 차갑고 건조한 공기는 잦은 면도로 거칠고 건조한 남성의 피부를 급격하게 노화시킬 수 있기 때문이

다. 다행히 겨울철은 많은 시니어들이 민감하게 반응하는 끈적이는 촉감이 여름철에 비해 훨씬 덜하게 느껴져 화장품 사용 습관을 들이기에도 좋다. 안티에이징 제품은 특성상 고 보습, 고영양 성분을 함유하고 있다. 무엇보다 크림 타입이 많은데, 영양 성분이 함축된 크림 제품은 강력한 보습막을 형성해 장시간 생기 있고 촉촉한 피부를 유지해준다. 끈적이는 크림 촉감이 내키지 않는다면 안티에이징 성분이 함유된 산뜻한 촉감의 에센스 제품을 추천한다. 피부가 많이 건조한 경우 잠자리에 들기 전, 안티에이징 성분이 함유된 나이트 크림을 듬뿍 발라보기를, 잠든 사이 피부 재생과 피로 회복을 도와 매일 아침 생기 있는 피부를 확인할 수 있을 것이다. 로마시대 최고의 웅변가이자 문인이었던 키케로는 이런 말을 남겼다. “포도주가 오래되었다고 모두 시지 않듯이 나이 든다고 모든 사람이 황량해지는 것은 아니다.” 세월이 갈수록 향이 풍부하고 맛이 깊어지는 포도주처럼 품격 있는 연륜의 멋을 위해 찬 기운이 감도는 이 계절, 안티에이징 제품에 주목하자.

소셜뷰로
www.socialview.com



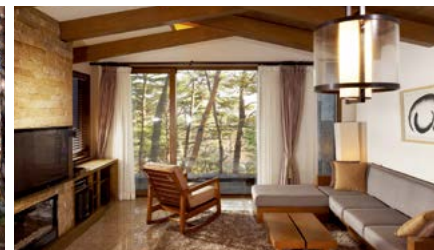
이런 리조트는 처음입니다

우리나라에도 세계적인 리조트가 있어야 한다는 생각,
놀이가 아닌 진정한 휴식을 누려야 한다는 생각,
가장 훌륭한 리조트는 자연이라는 생각,
당신의 눈으로 직접 평가해 주십시오

지상에 숨겨둔 천상휴식 - 리솜포레스트



프라이빗 빌라 리조트 (SBS시크릿가든 촬영장소)



돌, 나무, 숲, 황토 등 친환경 인테리어 객실



수만개의 별빛이 함께하는 아외 힐링콘서트



리솜 회원전용 골프리조트

계약과 동시 3곳의 리조트와 2곳의 골프장을 회원자격으로 이용 | 아쿠아힐링센터 2012년 12월 오픈예정
• 대한민국 명품브랜드 대상 수상(2년 연속) • 국내 최초, 유일의 KS인증 리조트(3년 연속) • 한국사용품질지수 1위 수상(2년 연속)

소비자가 직접 평가한 한국사용품질지수 2년 연속 1위 기념

특별 분양 실시
분양 문의 02.5989.114

* 광고에 삽입된 이미지 중 일부는 소비자의 이해를 돕기 위한 것입니다

SPECIAL BIKE

사소한 코너링에도 엉덩이를 들썩이게 만드는 불친절한 안장은 이제 그만! 페더슨의 해먹 안장은 최상의 승차감을 자랑한다. 평상시에는 유연하게 움직이지만 일단 자세를 잡고 앉으면 일정하게 고정된다. 120년 역사의 페더슨은 자전거 고유의 다이아몬드 프레임을 탈피하고 트러스(Truss) 구조를 도입한 것으로도 유명하다. 삼각형 단위의 트러스 구조는 교량을 만들 때 주로 이용되는 골조구조로, 라이더의 체중을 보다 효과적으로 분산시킨다. **페더슨(독일·490만원)**



실외는 물론이고 실내에서도 자전거를 방치하지 말 것. 빅피쉬는 단순히 레저를 위한 자전거가 아니다. 일종의 홈 트레이너 역할도 겸한다. 옵션을 달면 실내에서 기어로 속도를 맞추어 운동기구로 활용할 수 있다. 또한 빅피쉬는 바쁜 직장인이나 성격이 급한 이들에게 적합한 폴딩(Folding) 자전거일 듯. 단 10초 안에 접고 펼 수 있기 때문이다. 복잡한 절차 없이 프레임 중간의 폴딩키를 클릭하면 된다. **빅피쉬(이탈리아·130만원)**

아이를 자전거에 태우고 산책을 즐기는 것만큼 행복한 일이 있을까. 위드키즈는 이를 위한 최적의 아이템이라 할 만하다. 일반 자전거가 뒷자리에 베이비 체어를 장착한 데 비해 위드키즈는 핸들 바로 위에 베이비 체어를 장착해 안전성을 높였다. 체어에는 안전벨트까지 부착돼 있고, 뒷바퀴 쪽 스텐드를 세우면 자동으로 핸들이 잠긴다. 참고로 위드키즈 베이비 체어에는 5세(15kg) 이하까지 태울 수 있다. **위드키즈(일본·90만원)**



생활 속, 멋을 타고 달려라!

자전거를 아는 이들은 곧잘 이런 비유를 쓰곤 한다. “산악자전거(MTB)는 SUV이고, 사이클은 스포츠카다.” 그렇다면 일상을 함께할 편하고 멋스러운 세단, 즉 ‘생활자전거’는 어디 있는가. 고급 생활자전거 전문 업체 바이크 앤드의 이재희 대표는 “현재 자전거 시장은 MTB와 사이클, 두 가지로 양분돼 있다. MTB가 70%, 경주용 사이클이 20~30%를 점하고 있다”고 말한다. 주위를 둘러보자. 험한 산을 달릴 때는 MTB가, 경주에 나설 때는 사이클을 타는 게 당연하지만 우리의 현실은 그렇지 않다. 출퇴근은 물론이고 집 앞 마트를 갈 때나 공원을 산책할 때도 MTB나 사이클을 탄다. 하지만 일상을 위한 생활자전거는 따로 있다. “생활자전거는 실용성과 디자인을 겸비했으며 성능 면에서도 전혀 손색이 없다”고 이 대표는 강조한다. 혹자는 자전거를 가리켜 ‘어른의 심장을 뛰게 하는 유일한 장난감’이라고 말했다. 그렇다면 이제 장난감을 제대로 가지고 놀 때가 왔다.



애처가에게는 조니로코의 'MPB'가 제격이다. MPB는 카고(Cargo)를 이용해 사람이나 짐을 실어나르는 다목적 자전거로, 견는 것을 썩 좋아하지 않는 아내를 태우고 산책을 나선다면 로맨틱한 남편이란 칭찬을 듣게 될 것이다. 내장 7단 기어가 장착되어 카고에 무거운 짐을 싣더라도 쉽게 페달을 굴릴 수 있다. 또한 주차 브레이크와 파워 핸들은 안정적인 라이딩을 돕는다. **조니로코(네덜란드·390만원)**

일반 자전거의 차체가 높아 자전거 타기를 망설였다면 해답은 여기에 있다. 막사라의 'RAY-1'은 차체가 낮아 출발할 때나 정지할 때 편안한 자세를 취할 수 있다. 페달을 밟는 것도 한층 수월하다. 특징적인 점은 '소파 안장'. 소파처럼 두툼하고 넓은 안장이기 때문에 편안한 자세로 라이딩을 즐길 수 있다. 원하는 각도로 조절이 가능해 때로는 비스듬히 기대어 라이딩을 즐길 수도 있다. **막사라(캐나다·285만원)**



최근의 트렌드는 단연 전기 자전거. 장시간 페달을 굴리는 일이 녹록지 않다면 모터의 힘을 빌려 편하게 탈 수 있는 전기 자전거를 택하는 것도 방법이다. 전기 자전거계의 트랜스포머라 불리는 디비제로는 세련된 디자인과 내구성을 두루 겸비했다. 3시간 충전으로 40km 주행이 가능하다. 2kg 미만의 가벼운 리튬 배터리가 장착돼 있는데, 남 배터리보다 전압이 적을뿐더러 충전도 용이하다. 차체가 24.5kg에 불과해 간단히 접어서 보관할 수 있다. **디비제로(타이완·210만원)**



클래식한 멋을 추구하는 올드카 마니아라면 호크의 '허드슨'을 눈여겨보라. 허드슨은 1920년대 할리데이비슨의 미학적 스타일을 고스란히 반영했다. 물론 디자인만 그럴싸한 게 아니다. 안장의 명가 브룩스(Brooks)의 가죽은 라이더의 엉덩이에 맞게 모양이 변형돼 편안한 라이딩을 돕는다. 넓은 핸들 바와 높은 곳에서 뛰어내려도 충격을 흡수할 수 있는 더블 크라운 포크, LED 램프 등의 부속품으로 안전성도 더했다. **호크(독일·280만원)**



스몰 형호 바이크(모델:02-786-9037)

TRAVEL

캐나다에서 즐기는 빛의 향연

어둠던 밤하늘이 한순간 형형색색의 화려한 빛깔로 수놓인다면? 이 아름다운 기상현상은 다름 아닌 '오로라'다. 올해 11월부터 내년 4월까지의 극지방에서 오로라를 관측할 수 있는 최적의 시기. 주한캐나다관광청이 오로라를 감상하며 다양한 겨울 액티비티를 즐길 수 있는 특별한 여행을 소개한다.

오로라(Aurora)는 라틴어로 '새벽'을 뜻하며, 태양에서 방출된 플라스마 입자가 지력을 가진 지구의 극지방 주변을 둘러싸면서 생긴 붉은색이나 녹색의 자기에너지 띠다. 북극과 남극에서 모두 나타나지만 북극을 중심으로 위도 60~80도 지역에서 가장 빈번하게 일어난다. 캐나다 노스웨스트 준주의 옐로나이프와 유콘 준주의 화이트호스, 앨버타 주의 포트맥머리는 매년 황홀한 오로라 경관을 선사하는 최고의 관측 장소로 유명하다. 특히 2011년부터 2013년까지는 오로라가 가장 빈번하게 나타나는 태양 활동 극대기로, 올해 11월부터 내년 4월까지의 오로라 관측을 위한 최고의 시기가 될 전망이다.

오로라 그리고 겨울 액티비티 노스웨스트 준주에 위치한 옐로나이프는 NASA가 선정한 세계에서 오로라를 가장 잘 볼 수 있는 지역으로, 연 240회 이상 관측이 가능하다. 신혼부부가 오로라가 나타난 날 첫날밤을 맞으면 천재아이를 낳는다는 속설 때문에 이곳에는 해마다 많은 커플을 비롯해 1만여 명 이상의 관광객이 찾아온다. 옐로나이프 시내에서 차로 25분 정도 달리면 만나게 되는 '오로라 빌리지'. 이곳에서 관광객들은 '티피(Tepee)'라 불리는 원뿔형의 북미 원주민 전통 천막에서 몸을 녹이고 휴식을 취할 수 있다. 또한 빌리지 내 오로라 관측 전망대에서는

오로라 외에도 오로라 영상 슬라이드 서비스, 오로라 메모리얼 포토 서비스 등 다양한 서비스를 즐길 수 있다(www.auroratour.com). 옐로나이프에는 추운 지방에서만 가능한 독특한 겨울 액티비티도 마련돼 있다. 극지방 선주민 체험이나 스릴 만점의 스노모빌 운전하기, 개썰매 타고 호수 달리기, 극지방 얼음낚시 등은 추위도 잊게 할 만큼 흥미롭다. 또한 유콘 준주의 화이트호스는 알래스카와 매우 인접한 곳. 백야 현상이 나타나는 여름철에는 트레킹, 겨울철에는 오로라를 즐기 위한 관광객의 발길이 끊이지 않는다. 올해 12월부터 내년 4월 중순까지 화이트호스에서 오로라를 관측할 수 있는 최적의 시기다(www.city.whitehorse.yk.ca). 특히 화이트호스 타키니(Takhini) 노천온천은 오로라를 바라보며 온천욕을 즐길 수 있어 독특한 경험을 원하는 관광객의 사랑을 받는다. 북극곰에서 순록에 이르기까지 수많은 야생동물을 바로 눈앞에서 볼 수 있는 유콘 야생동물 보호 구역도 놓칠 수 없는 명소다. 오로라가 지휘하는 환상적인 빛의 향연, 그리고 다양하고 이색적인 겨울 액티비티를 즐기고 싶다면 서두르자. 11월 30일까지 주한캐나다관광청으로 문의하면 캐나다의 멋진 풍광 사진이 실린 달력과 오로라 여행 안내 책자를 받아볼 수도 있다.

문의 02-733-7741, www.canada.travel

TIPS 옐로나이프 오로라 빌리지의 즐길 거리 8

- 오로라 관측** 화려한 오로라를 감상할 수 있는 투어. 관측소에서 오로라에 대한 과학적인 정보를 얻은 후 선주민 전통 음식과 차를 맛보며 오로라를 여유롭게 즐길 수 있다.
- 극지방 선주민 생활 체험** 극지방 선주민의 정착기를 듣고 스노슈잉과 선주민식 야의 볼 지피기 등을 체험할 수 있다.
- 오로라 관측용 의자** '고다쓰 의자'는 일본 가정의 전통 히터에서 착안해 만든 보온 의자. 무릎까지 따뜻한 히터 덕분에 야외에서 안락하게 누워 자연의 경이로움을 감상할 수 있다.
- 스노모빌 운전** 스노모빌로 얼어붙은 강을 가로지르며 캐나다의 야경을 접하게 된다.
- 옐로나이프 시내 관광** 옐로나이프의 주정부의회, 북극지방 관광센터, 쇼핑몰, 레스토랑, 금광, 선주민 마을 등 옐로나이프의 역사를 엿볼 수 있는 유적지를 직접 방문한다. 개썰매 경주대회의 챔피언 개들을 직접 볼 수 있는 사육장을 둘러보고 얼어붙은 그레이트슬레이브 호수에서 사진

촬영을 하며 옐로나이프를 속속들이 경험할 수 있다.

- 아식 제공 서비스** 매일 밤 이곳에서만 맛볼 수 있는 극지방의 특별한 아식을 무료로 제공한다. 다이닝룸에는 커피·차·핫초콜릿 등 따뜻한 음료에 버펄로나 극지방 생선을 이용한 수프, 전통 방식으로 만든 빵 '배크' 등이 마련돼 있다.

- 오로라 기념 촬영** 숙련된 전문가의 사진 촬영 서비스를 제공한다. 캐나다 극지방에서의 추억을 사진으로 간직할 수 있도록 오로라 사진 찍는 방법도 상세히 알려준다.
- 얼음낚시 체험** 얼음낚시 장비와 치랑 서비스를 제공한다. 전문가의 안내를 받으며 즐기는 독특한 겨울 레저.

오로라 상품 판매 여행사
파로스트래블 02-737-3773
한진관광 02-726-5798
세계로 02-2179-2518
노랑풍선 02-2022-2418
산과 자연 02-2637-4840
토성항공 02-735-5121
롯데관광 02-2075-3004
소쿠리여행사 02-733-7286
참좋은여행 02-2188-4062
와투 트래블 070-4006-8410

SENIOR EXPO

멋지게 나이 드는 시니어들의 축제 서울국제시니어엑스포



"오늘날 한국인 6명 중 1명은 60세가 넘었습니다. 이 같은 인구통계학적 변화는 인류의 위기일까요? 결코 그렇지 않습니다. 우리가 적절히 대응한다면 위기는 얼마든지 기회가 될 수 있습니다."
- 홈인스테드시니어케어 로저 바움가르트 대표



"AARP의 핵심 가치는 '자원봉사 정신'입니다. 우리의 목적은 서비스를 제공하는 것이지 받는 것이 아닙니다. 우리가 하는 활동은 고행자를 포함한 모두를 위한 것입니다."
- AARP 에드워드 존스 수석고문



1 홈인스테드시니어케어 로저 바움가르트 대표, 2 글로벌 시니어 비즈니스 컨퍼런스에는 국내외 시니어 비즈니스 전문가들이 한자리에 모여 시니어산업의 발전 방향과 현주소를 진단했다. 3 미국은퇴자협회(AARP) 국제부 에드워드 존스 수석고문, 4 이번 엑스포에는 서울성모병원, 유한킴벌리, 제일모직, 캐논코리아, AIA생명 등 총 69개 기업이 참가했다. 5 엑스포 전시장을 찾은 남급희(74) 씨, 시니어들을 위한 다양한 제품과 소개되어 좋은 정보를 얻을 수 있었다고, 6 전시장 내 각 기업이 마련한 부스에서는 다채로운 경품 이벤트가 펼쳐졌다.



홈인스테드코리아 조규숙 이사, 홈인스테드시니어케어 로저 바움가르트 대표, 시니어조선 양근만 대표, 보건복지부 인구이동 정책관 이원희 국장, 시니어파트너즈 박은경 대표, 미국은퇴자협회 에드워드 존스 수석고문, 시니어파트너즈 김영래 상무, (왼쪽부터)

지난 10월 4~5일 서울 삼성동 코엑스에서 열린 '2012 서울국제시니어엑스포(시니어조선 주최·시니어파트너즈 주관)'가 성황리에 막을 내렸다. 국내외 관계자들이 두루 참석한 가운데 시니어를 대상으로 한 다채로운 프로그램이 진행된 이번 행사는 시니어산업의 현주소를 확인할 수 있는 좋은 기회가 되었다. 이틀간 전시장을 찾은 관람객은 무려 1만2000여 명으로 민간 최대 규모 시니어산업 행사로서의 면모를 과시했다. 시니어를 대상으로 한 세미나와 컨퍼런스, 건강·취미·패션·자산관리 등 각 영역별로 다채로운 프로그램이 진행됐다. 특히 둘째 날 열린 '글로벌 시니어 비즈니스 컨퍼런스'는 세계 최대 시니어 케어 전문 기업 홈인스테드시니어케어 로저 바움가르트 대표, 세계 최대 은퇴자 커뮤니티 미국은퇴자협회(AARP) 국제부 에드워드 존스 수석고문, 일본의 대표적 시니어산업 기업 SMS가와구치 하치메 이사 등 국외 명사들의 발표로 이목을 집중시켰다. 한국존슨앤드존슨메디칼의 웃음치료교실, 캐논코리아의 인물사진 촬영 테크닉 강좌 등의 세미나도 열면 호응을 얻었다.

아울러 전시장 내 각 기업이 마련한 부스에서는 풍성한 경품 행사가 치러져 관람객들의 발길을 붙들었다. 유전 진단·체지방 분석 등의 무료 상담 건강검진 서비스를 실시한 가톨릭대학교 서울성모병원 평생건강증진센터를 비롯해 영화관 골드클래스 입장권, 골프 드라이버 등의 경품 추첨 행사를 개최한 CGV와 월드피자이에 등에는 많은 인파가 몰렸다. 현장을 찾은 관람객들은 "세미나를 통해 평소 관심 있던 노후 생활에 유용한 정보를 얻을 수 있어 좋았다", "각 전시 부스에서 풍성한 이벤트를 준비해 어느 때보다 재미있는 시간을 보낼 수 있었다" 등 매우 만족스러운 반응을 보였다. 운영사무국의 전영선 사무국장은 "이번 엑스포는 액티브 시니어를 위한 양질의 행사로 자리매김하는 첫 단추를 끼었다는 데 의미가 있다"고 감회를 전했다. 또한 "현장에서 액티브 시니어들을 많이 만났다. 그들의 모습을 통해 시니어산업의 현주소를 확인할 수 있었다"고 덧붙였다. 서울국제시니어엑스포는 시니어산업의 선두에 선 다양한 기업과 함께 한층 풍성한 모습으로 내년에 다시 찾아올 계획이다.

MY LIFE

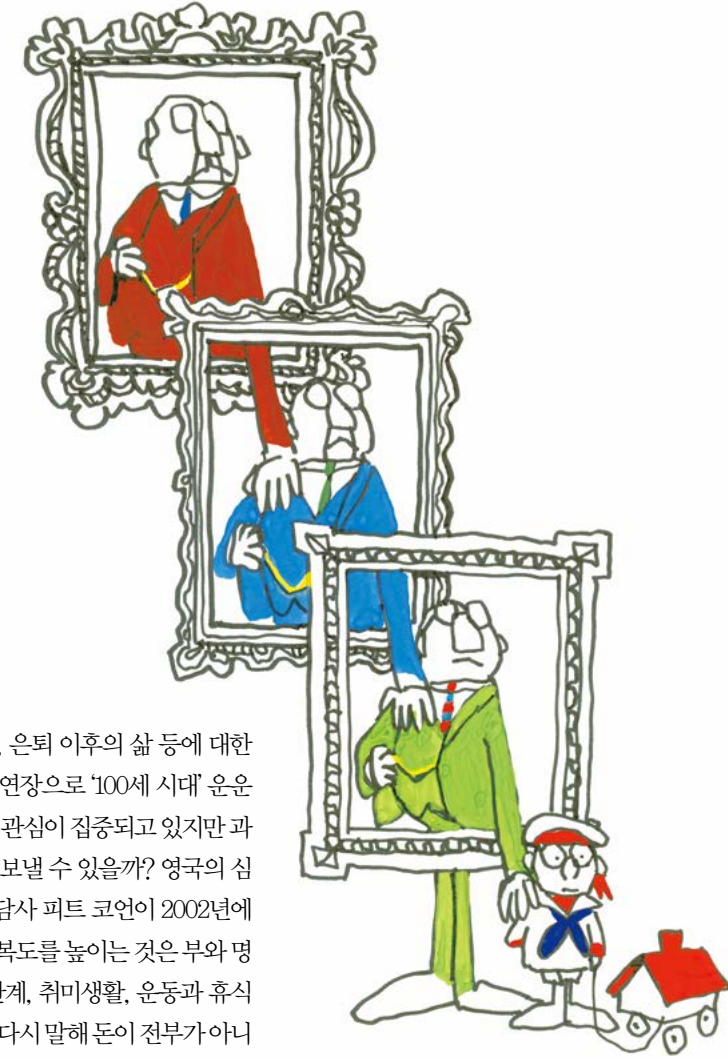
당당하게 나이 드는 법

흔히 노년기를 '저는 해'에 비유하곤 한다. 아니, 왜?

노년기 또한 틀림없는 내 인생의 한 부분이므로 그보다는 보름달이 되기 위해 '차오르는 달'이라는 표현이 더 적합하지 않겠는가.

동근 보름달 같은 인생을 완성하기 위해 은퇴 이후의 삶에 대한 계획은 필수.

'브라보! 마이 라이프'를 위해 고정관념 타파와 긍정적인 사고의 전환이 필요하다.



40대 중반에 접어들면 나이 들, 은퇴 이후의 삶 등에 대한 막연한 두려움이 생긴다. 수명 연장으로 '100세 시대' 운운하는 요즘, 은퇴 자금에만 관심이 집중되고 있지만 과연 돈만 있으면 행복한 노후를 보낼 수 있을까? 영국의 심리학자 캐럴 로스웰과 인생 상담사 피트 코언이 2002년에 발표한 '행복 공식'에 따르면 행복도를 높이는 것은 부와 명예가 아니라 가족, 친구, 대인관계, 취미생활, 운동과 휴식 등 일상에 관한 것이라고 한다. 다시 말해 돈이 전부가 아니라는 사실. 은퇴 자금 준비도 중요하지만 그보다 우선해야 할 것은 마음의 준비다. 따라서 진정한 의미의 노후 설계는 은퇴 자금 마련 등 자산관리뿐만 아니라 건강, 여가, 사회 활동 등 은퇴 후 삶에 대한 인생 설계도 포함돼야 한다.

당신만 나이 들어가는 것이 아니다

평균수명이 가파르게 올라가고 있다. 이제는 100세 시대가 먼 일처럼 느껴지지 않는다. 각종 보험이 100세까지 보험금을 지급한다며 고객 유치에 나서는 것이 어색하지 않은 시대다. 장수는 축복받은 삶이지만 제대로 대처하지 못하면 그렇지 않을 수도 있다. 경제적 어려움, 건강 악화, 사랑하는 이들의 죽음 등 노후 스트레스 지수만 높아지기 때문이다. 일단, 나이 드는 것을 너무 걱정할 필요는 없다. 누구나 겪는 과정이니 말이다. 그 대신 미래에 대한 계획을 세우고 준비해야 한다. 현재와 또 다른 삶을 맞이할 태세를 갖춘다면 인생의 새로운 단계를 즐기며 보낼 수 있을 것이다.

갑옷을 벗어던지고, 유연하게 변화에 적응하라

은퇴 후 일상에 쉽게 적응하지 못하는 사람들이 많다. 바쁜 직장생활을 벗어나면서 얻은 여유를 어떻게 즐겨야 할지도 모르고, 모 기업 이사나 대표이사니 하는 이전의 사회적 지

위에서 벗어나지 못하기 때문이다. 물론 과거의 사회적 지위는 갑옷을 입었을 때와 벗었을 때의 차이를 받아들이기란 쉽지 않다. 사회에서 높은 지위에 있었던 사람일수록 상실감은 크게 다가온다. 하지만 변화에 적응하는 지혜가 필요하다. 생애 주기별로 우리는 모두 변화에 직면한다. 이전의 단계가 끝나면 새로운 단계가 시작되는 것처럼 은퇴 역시 또 다른 인생이 시작되는 전환점. 인생 후반전에 필요한 덕목은 무엇보다 유연한 적응력이다.

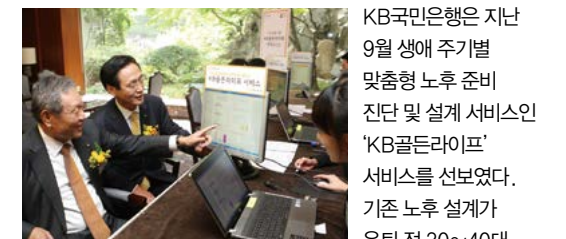
자신에 대한 투자를 계속 하라

은퇴하고 나면 무엇을 해야 할지 몰라 방황하는 경우가 많다. 갑자기 주어진 시간을 어떻게 보내야 할지 감이 오지 않는 것이다. 20대에 사회생활에 첫발을 디딘 후 30~50대까지 생활 전선에서 치열하게 살았기 때문에 갑자기 주어진 여유와 자유를 어떻게 누려야 할지 모르는 것이다. 이런 상황을 맞닥뜨리기 전 차근차근 준비를 할 필요가 있다. 자신이 관심을 갖고 좋아하는 것이 무엇인지 파악해 취미로 즐길 거리를 찾거나, 주변 사람들에게 행복을 전파하는 봉사 활동을 하면서 여생을 보내고 싶다면 어떤 봉사를 어떻게 할 수 있는지 알아보고 준비하는 것도 좋다. 자신이 행복할 수 있는 것에 시간과 비용을 투자하는 데 주저하지 말라.

나를 중심으로 네트워크를 구축하라

우리는 다양한 네트워크에 연결돼 있다. 고향, 학교, 직장, 동호회 등 사람이 모이는 곳 어디든 네트워크의 거미줄이 존재한다. 사람들은 그 안에서 자신의 존재 가치를 깨닫는다. 특히 직장생활을 하면서 얻은 관계망은 살아가면서 큰 힘이 된다. 하지만 은퇴 후 자신의 네트워크가 갑자기 축소되는 경험을 한다. 직장을 떠나면서 업무상 쌓아온 관계가 일순 사라지기 때문이다. 누구도 나를 일부러 멀리하지 않았지만, 찾는 이가 줄고 갈 곳이 사라진다. 생각을 전환하지 않으면 이런 고립감을 극복하기 힘들다. 은퇴 후 삶은 새로운 인생의 시작이다. 그렇기에 네트워크도 새롭게 만들어야 한다. 지금까지 업무 중심의 관계를 맺었다면, 이후에는 '나'를 중심으로 네트워크를 다시 만들어야 한다.

생애 주기별 맞춤형 노후 준비를 진단하는 KB골드라이프 서비스

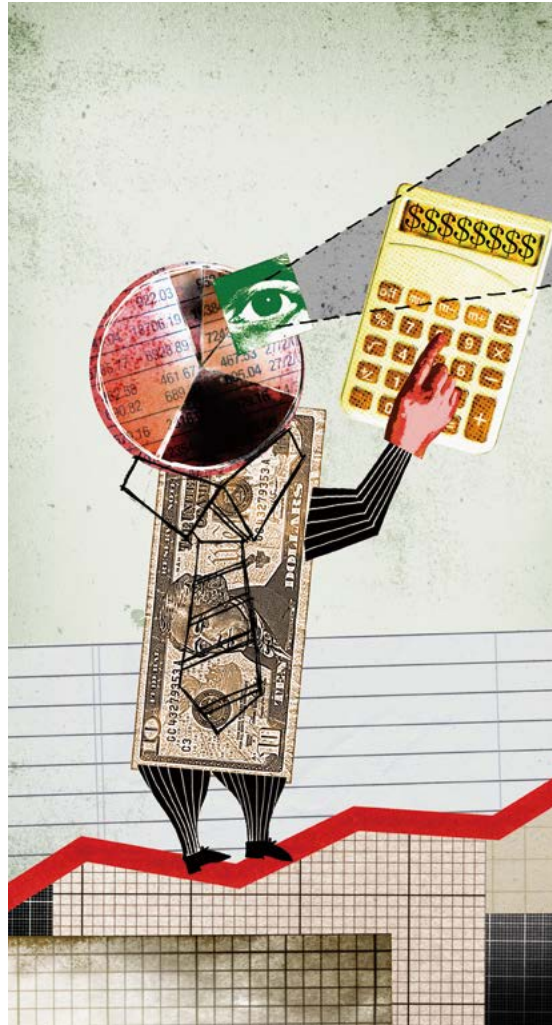


KB국민은행은 지난 9월 생애 주기별 맞춤형 노후 준비 진단 및 설계 서비스인 'KB골드라이프' 서비스를 선보였다. 기존 노후 설계가 은퇴 전 30~40대 고객을 대상으로 은퇴 자금 마련을 위한 재무 설계에 치중한 데 반해 KB골드라이프 서비스는 0세부터 100세까지 생애주기별 맞춤형 노후 준비 진단을 통해 체계적인 전문 서비스를 제공한다. 재무적 측면의 자산관리뿐만 아니라 건강, 여가, 재취업, 창업 등 비재무적인 분야에 대한 서비스도 포함한 것이 특징이다. KB국민은행은 KB골드라이프 서비스의 일환으로 노후 준비를 위한 다양한 해법을 제시하는 '행복한 노후 설계 가이드'를 300만여 명의 고객에게 제공했다. 이 가이드는 KB국민은행 홈페이지 및 KB국민은행 전국 영업점에서도 볼 수 있다. 지난 8월에는 시니어 특화 PB센터인 골드시니어센터를 금융권 최초로 오픈했다. 단순히 자산가가 이용하는 PB센터가 아니라 시니어 세대의 니즈에 부합하는 특화된 서비스를 제공한다. 센터 내 스크린 골프장을 설치해 골프 서비스를 제공하고, 50세 이상 골드시니어센터 고객 전용 생활 지원 서비스를 제공한다. 생활 지원 서비스란 여행, 문화, 자문 컨설팅, 생활 편의, 쇼핑 등 고객의 생활과 밀착된 다양한 분야의 상담 및 예약 대행을 제공하는 1:1 맞춤형 컨시어지(비서 대행) 서비스를 말한다. 자기계발에 대한 시니어의 높은 니즈를 반영한 프로그램도 정기적으로 제공한다. 헬스와 문화 등 다양한 영역의 고객 참여형 자실현 프로그램이 있으며, 건강에 관심이 많은 고객을 위한 '100세 건강 스페셜' 세미나, 스마트폰 강의와 같은 최근 트렌드가 반영된 신규모 강좌 등을 개설할 예정이다. 또한 센터 내 다이닝 스타일로 설계된 시니어 전용 식당을 오픈해 지인끼리 편하게 방문해 담소를 나눌 수 있는 공간을 마련했다. 이 밖에 지난 10월부터는 다양한 테마로 'KB골드라이프 아카데미'를 진행하고 있다. 노후 설계 강좌 및 명사 특강을 주로 한 여성노후교실을 비롯해 재취업 교육 프로그램, 창업 교육 프로그램 등으로 구성돼 있다. 노후 설계를 위한 테마 특강과 문화 공연으로 구성된 '행복공간 플러스'와 부부가 함께 하는 노후 준비를 테마로 한 'KB골드라이프 부부교실'도 추진 중이다.

FINANCE

금융 상품 수수료의 비밀

연초 이후 국내 펀드 시장에 변화의 조짐이 일고 있다. 전체 주식형 펀드의 자금이 지속적으로 환매되며 자금이 유출되는 가운데, 인덱스 펀드에는 연초 이후 9월 말까지 약 2500억원의 자금이 유입되었다. 투자자들이 지난 10년 동안 액티브 펀드 중심의 투자를 해왔다면, 이제는 인덱스 펀드 위주로 투자 방향을 바꾼 것이다. 여기에는 여러 가지 이유가 있었지만, 이런 현상이 일어난 원인에 '금융 상품 수수료의 비밀'이 숨어 있다.



구분	액티브 펀드	K200 인덱스 펀드
펀드 수	324	74
설립액	142,200억원	38,658억원
총보수(평균)	1.39%	0.63%
판매 보수	0.68%	0.30%
운용 보수	0.65%	0.29%
기타 보수	0.06%	0.04%
1년 수익률	1.80%	5.95%
3년 수익률	12.85%	20.83%
5년 수익률	-6.14%	5.05%

액티브 펀드 vs 인덱스 펀드
기준 2012년 10월 16일 출처 제로인

액티브 펀드는 펀드매니저의 노력으로 벤치마크(Benchmark) 대비 초과 수익을 추구하며, 이러한 노력의 대가로 높은 보수를 수취하는 구조를 띤다. 반면, 인덱스 펀드는 기계적으로 벤치마크 지수 구성 종목에 투자한다. 따라서 펀드매니저의 별다른 노력 없이 펀드를 운용할 수 있기 때문에 상대적으로 운용 보수가 저렴하다. 표를 보면 인덱스 펀드의 총보수가 액티브 펀드의 2분의 1도 안 되는 것을 확인할 수 있다. 투자 수익률을 살펴보면 인덱스 펀드가 액티브 펀드 대비 전 운용 기간에서 우수한 성과를 보였다. 펀드매니저가 시장에 잘 대처하지 못한 이유도 있지만, 펀드의 수수료(보수) 차이가 이 같은 성과 차이를 가져온 것이다. 미국 예일대의 기금운용위원회 의장인 찰스 엘리스가 1975년에 쓴 <패자의 게임(The Loser's Game)>이란 유명한 논문이 있다. 펀드매니저들이 아무리 뛰어나도 비용 때문에 시장 수익률을 넘어서기 어렵다는 게 내용의 골자다. 펀드는 장거리 승부다. 다득점 스트라이커도 좋지만 실점을 막는 수문장도 중요하다. 다시 말해, 투자자가 잃는 수수료(보수)를 최소화해야 한다. '복리의 마술'이 빛나는 차이 때문이다. 노후를 위해 1000만원을 펀드에 넣어 해마다 10% 수익률로 50년간 굴리면 약 12억원이 된다. 그러나 수익률이 12%라면 28억원을 손에 쥔다. 2%포인트 차이에 불과하지만 결과는 크게 벌어지고 만다. 미국 자산운용협회의 조사에 따르면 이미 미국에선 투자자들이 과거 수익률이나 투자 위험이 아닌 비용에 가장 신경 쓴다고 한다.

대세는 온라인 펀드 투자

결국 펀드에 투자할 때는 수수료(보수)를 반드시 고려해야 한다. 투자자에게 적절한 서비스를 제공하는 대가로 금융회사가 취급하는 모든 상품에는 수수료가 있다. 그러나 아직까지 투자자에게 비용 대비 적절한 서비스를 제공하는

그동안 펀드 투자자들은 금융회사로부터 별다른 서비스를 받지 못하면서도 높은 수수료를 지급해왔다. 하지만 이제 성공적인 투자를 위해서는 의식을 바꾸어야 한다. 과거 수익률만 보고 수수료 높은 상품에 덜컥 투자하는 행태를 벗어나 수수료를 꼼꼼히 따져서 투자해야 한다.

금융회사는 많지 않은 것 같다. 현명한 투자자라면 어떻게 해야 할까? 수수료에 따른 비용과 그에 따른 서비스의 질을 잘 따져보아야 하며, 같은 서비스라면 수수료 비용을 절감하는 것이 유리할 것이다. 그동안 펀드 투자자들은 금융회사로부터 별다른 서비스를 받지 못하면서도 높은 수수료를 지급해왔다. 하지만 이제 성공적인 투자를 위해서는 의식을 바꾸어야 한다. 과거 수익률만 보고 높은 수수료의 상품에 덜컥 투자하는 행태를 벗어나 수수료를 꼼꼼히 따져서 투자해야 한다.

특히, 인덱스 펀드는 누구나 조금만 공부하면 이해하기 쉽기 때문에 온라인을 통해 스스로 학습한 후 수수료가 저렴한 상품을 선택하는 것이 바람직하다. 요즘은 온라인에서 투자 정보를 얻는 것이 보편화되어 있다. 금융회사의 홈페이지를 방문하면 다양한 펀드를 비교해보고 가입할 수 있으며, 동일한 펀드라도 오프라인보다 수수료가 저렴하다. 전화 또는 홈페이지 게시판을 통한 상담 서비스, 모바일 애플리케이션을 통한 투자 정보 서비스 등으로 갈수록 진화해 투자를 위해 지점을 직접 방문할 필요가 거의 없다. 온라인을 통한 '스스로 투자'로 수수료를 줄이고 수익률을 높이는 현명한 투자에 관심을 가져볼 만하다.

노후 생활에 도움 되는 펀드 어디 없을까?

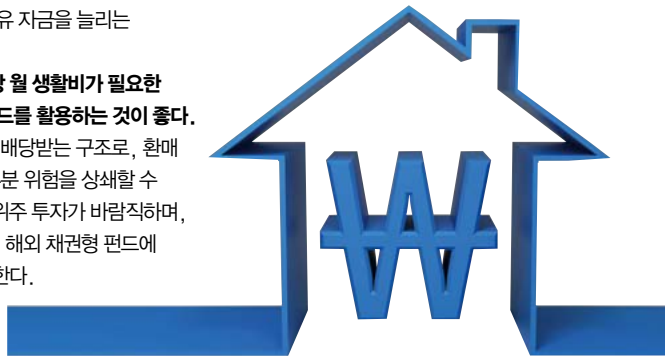
저금리 시대로 접어들면서 노후 준비로 고민하는 사람들이 증가하고 있다. 지난 몇 년 사이 이자율이 급격히 떨어지면서 이자소득만으로는 장밋빛 노후를 보장받을 수 없기 때문이다. 이제 미리미리 대비하지 않으면 암울한 노후를 보내야만 한다. 은퇴를 앞두고 있거나, 이미 은퇴한 사람들의 경우에도 아직 기회는 있다. 기존 자산에 대해 포트폴리오를 잘 구성하면, 은행에 예금하는 것보다 훨씬 여유로운 생활을 영위할 수 있다. 노후 준비 방법은 현재 본인의 상황에 따라 달라질 수 있다.

첫째, 아직 은퇴 전이라 월 소득이 있는 경우에는 연금 펀드에 가입하는 것이 좋다. 금년 8월 세제 개편으로 최소 납입 기간이 10년에서 5년으로 단축되어 더욱 유리하다. 은퇴 전까지 연금 펀드에 납입하여 소득공제 혜택을 누리고 동시에 노후를 준비하면 된다.

둘째, 이미 은퇴했으나 충분한 여유 자금이 있는 경우 국내 저금리 상황을 극복할 수 있는 해외 채권형 펀드에 가입하는 것이 좋다. 물론 국내 채권형 펀드 대비 위험이 높긴 하지만, 장기로 투자할수록 손실 위험이 줄어들기 때문에,

적극적인 투자를 통해 여유 자금을 늘리는 것이 유리하다.

셋째, 이미 은퇴했고 당장 월 생활비가 필요한 상황이라면 월 지급식 펀드를 활용하는 것이 좋다. 매월 수익의 일정 부분을 배당받는 구조로, 환매 시기 분산을 통해 일정 부분 위험을 상쇄할 수 있다. 주로 채권형 펀드 위주 투자가 바람직하며, 투자 상황에 따라 국내 및 해외 채권형 펀드에 분산투자하는 것을 추천한다.



Copyright/multibis

ASSETS



삼성패밀리오피스의 핵심 멤버인 윤태경 상무. 한국형패밀리서비스 모형 구축, 자산가들의 기부 문화 활성화 등을 위해 박차를 가하고 있다.

삼성 패밀리오피스 1세대가 일군 자산 제대로 계승하도록 돕는다

시대에 따라 사회 구성원의 세대교체가 이루어지듯 한 집안도 마찬가지다. 기업이나 자산 등을 자녀에게 승계해야 할 시기가 도래하기 마련. 돈은 버는 것보다 관리하는 것이 어렵고, 어떻게 버느냐보다 어떻게 쓰느냐가 더 중요하다고 하지 않던가. 자산가들의 이런 고민을 해결해 줄 삼성패밀리오피스를 소개한다.

패밀리오피스는 말 그대로 '가문의 자산을 관리하기 위해 설립된 사무실'이다. 우리나라의 경우 지난 1월 삼성생명에서 출범시킨 삼성패밀리오피스를 시작으로 서비스가 제공되기 시작했는데, 미국이나 유럽에서는 이전부터 이런 고객서비스가 이루어져 왔다. 산업을 거쳐지면서 부를 쌓은 자산가들에게 과거 유럽의 왕가나 귀족 가문의 자산을 종합적으로 관리하던 집사와 같은 존재가 필요했고, 이런 역할을 하는 것이 다름 아닌 패밀리오피스인 것.

“국내에도 자산가들이 늘어나면서 이들을 대상으로 한 서비스가 늘어나기 시작했다. 대표적으로 프라이빗 뱅킹(PB, Private Banking)을 꼽을 수 있는데, 은행이나 증권사 PB들은 개인 고객의 자산을 투자를 통해 증식·관리해 주는 것이 주된 업무다. 반면 패밀리오피스는 대를 이어 자산을 관리할 수 있도록 자산뿐만 아니라 비재무적인 부분까지 종합 관리를 해준다. 사실 자산가들은 돈을 더 많이 버는 것보다 기업 승계와 재산 상속에 관해 도움을 받기를 원한다”라고 삼성패밀리오피스 윤태경 상무는 말한다.

그런 만큼 세대를 거듭해서 영속되기를 바라는 것은 당연할 터. 그러나 자산을 유지하는 것은 쉬운 일이 아니다. 소유한 사업체나 부동산을 자녀에게 상속할 때 증여세나 상속세 폭탄을 맞을 수도 있고, 안타

깝게도 자녀가 자산을 관리할 만한 자질을 갖추지 못하기도 한다. 또 가족 간 분쟁으로 돈도 잃고 사람도 잃는 경우가 생길 수도 있다. 패밀리오피스는 이런 불상사를 미연에 방지·최소화 할 수 있도록 기업 승계를 비롯해 자산관리, 자녀교육 등에 관한 도움을 주는 서비스다.

“재산세제와 부동산 세제에 대한 자문은 물론 부동산 관리와 매매, 회계 컨설팅, 사회적 네트워크 확장을 위한 커뮤니티 관리 등 고객들의 요구에 따라 다양한 서비스를 제공하는 것이 패밀리오피서(FO, Family Officer)의 역할이다. 어떤 사안이든 해결점을 찾아주는 똑똑한 친구가 한 명 있다고 생각하면 될 듯하다”라며 윤태경 상무는 애초에 서구식 패밀리 서비스를 모델로 삼아 시작했지만 삼성패밀리오피스는 궁극적으로 우리나라 상황에 맞는 ‘한국형패밀리오피스’ 모형을 구축할 것이라고 한다.

또한, 앞으로 기부 관련 서비스도 적극적으로 펼칠 예정이다. 미국의 록펠러(家)나 우리나라의 경주 최부잣집을 봐도 알 수 있듯 진정한 명문가는 자신이 가진 것을 이웃과 함께 나눌 수 있어야 한다는 것. 그러나 우리 사회에는 아직 기부 문화의 토대가 다져지지 않은 탓에 국내 자산가들은 이에 대한 인식이 낮을 뿐더러 기부를 해도 특정 단체에 기부금을 내는 것이 전부인 경우가 많다. 막연한 기부는 기부가 아니라는 윤태경 상무. 그는 참여를 통해 자산가들이 기부의 참된 즐거움을 느끼고 혜택을 받는 이들 또한 기쁨을 얻을 수 있는 프로그램도 운영할 예정이다.

삼성패밀리오피스는 '명예', '가문', '영속', '해안', '공헌'이라는 다섯 가지 콘셉트의 상담룸 외에 패밀리룸, 티룸 등을 갖춰 고객들이 편안한 공간에서 서비스를 제공 받을 수 있도록 했다. 사진은 '명예룸', '가문룸', '패밀리룸', '영속룸'. (왼쪽부터)



Copyright/multibis

BUSINESS



Great Work Place 신뢰 경영 기업이 오래 살아남는다

지난 10월 25일, GWP코리아가 주관하고 선정하는 '2012 대한민국 일하기 좋은 100대 기업' 시상식이 열렸다.

일하기 좋은 직장 요건은 무엇일까. 직원들은 높은 급여, 다양한 복리후생제도 같은 조건보다 기업 내 '신뢰'를 우선시한다고 한다. 그렇다면 사내 상호 신뢰 문화를 구축하기 위해 경영자가 해야 할 역할은?

일하기 좋은 기업(GWP*)은 어떻게 만들어지는가. 그것은 경영자가 '무엇'을 하느냐가 아니라 '어떻게' 하느냐에 달려 있다. 직원들과 원활하게 소통하고, 중요한 사안에 대해 책임감을 갖고 의사 결정을 하는 것은 경영자의 직무다. 그렇지만 진정한 경영자가 되려면 맡은 직무와 역할만 제대로 수행하는 데 그쳐서는 안 된다. 직원들에게 '나는 좋은 회사에서 일하고 있다'라는 믿음을 줄 수 있어야 한다. 신뢰를 구축한다고 해서 당장 성과를 낼 수 있는 것은 아니다. 실제로 초기에는 얼마만큼 효과를 가져오지도 알기 어렵다. 직원의 신뢰도를 경영자가 파악하기 어려운 이유는 이처럼 명확한 수치로 가시화할 수 없기 때문이다. 회사 장비에 문제가 있다면 불량 제품이 증가하거나 생산성이 저하될 것이다. 투자가 들어오지 않는다면 회사의 수익률이 떨어질 것이다. 마케팅이나 영업에 문제가 있다면 시장점유율이 급락할 것이다. 대부분의 비즈니스 문제는 대체로 일이 벌어지기 전에 예측할 수 있는 반면 신뢰는 예측할 수 없다. 직원들은 여전히 주어진 업무를 하며, 인사이동이 있으면 다른 사람의 업무를 인계받아 할 것이기 때

문이다. 신뢰도가 높은 회사만큼은 아니지만 신뢰도가 낮은 회사에서도 어느 정도 생산성은 유지되기에 경영자는 조직에 어떤 문제가 있는 지 쉽게 알아차리지 못한다. 신뢰가 줄어들거나 심지어 처음부터 아예 신뢰가 없었던 조직일지라도 경영자가 직원의 신뢰를 잃었다는 것을 깨닫기까지는 시간이 걸린다. 인간관계를 쌓아가는 것이 어렵듯 신뢰 역시 쌓기 어려운데, 특히 이를 잃고 난 뒤에 회복하기는 더욱 어렵다. 그러므로 처음부터 다시 신뢰를 구축하기보다는 이미 구축한 신뢰를 돈독하게 다지는 편이 훨씬 더 쉽다.

신뢰·자부심·재미, 세 가지 요건을 충족하라

기업의 경영자라면 누구나 '어떻게 하면 훌륭한 회사를 만들까?', '어떻게 구성원들의 생산성을 높일 수 있을까?' 고민하게 마련이다. GWP 경영, 즉 일하기 좋은 기업을 만들기 위해서는 기본적으로 세 가지 요건을 충족해야 한다. 구성원이 경영진이나 상사와의 관계에서 높은 신뢰(Trust)를 가지고, 이를 바탕으로 자기 일이나 조직과의 관계에 강한 자부심(Pride)을 가지며, 함께 일하는 동료와의 관계에서 일하는 재미

(Fun)를 느끼는 일터를 만들어나가는 노력이다. 이 중 가장 중요한 신뢰는 믿음, 존중, 공정성의 세 가지 가치로 나눌 수 있다. 믿음은 부하 직원들이 상사와 경영진을 바라보는 관점이며, 존중은 상사나 경영진이 구성원을 대하는 자세다. 공정성은 상사와 경영진이 자신의 부서나 회사를 자체적으로 관리하고 통솔하는 원칙이다. 자부심은 스스로 갖는 것도 중요하지만 자부심을 느낄 수 있도록 주변에서 그 사람의 업무에 대해 의미 부여를 해줘야 한다. 상사가 부하 직원의 업무를 하찮고 사소하게 보는데, 직원이 자신의 업무에 자부심을 갖기 어렵기 때문이다. 동료 간의 일하는 재미도 마찬가지다. 위계 구조로 된 조직에서 수평적 관계인 동료들은 서로 즐겁게 생활할 수 있는 조건을 가지고 있다. 단, 경영자와 상사가 그들이 즐겁게 일하고 서로 협력하도록 북돋우는 분위기일 때 가능하다.

리더십의 본질은 '섬김'이다

사람들은 경영자를 '이끌어가는 사람'이라고 생각한다. 그러나 <서번트 리더십>의 저자 로버트 그린리프는 경영자는 무엇보다도 자신이 봉사하는 사람이라는 인식을 가져야 한다고 강조한다. 먼저 봉사함으로써 임직원을 이끌어가야 하는 것이다. 섬기는 리더는 다음과 같은 특성을 지닌다. 직원들의 이야기를 경청하고, 직원의 입장에서 이해하고 공감하며, 관계에서 발생한 상처를 치유하고, 다양한 상황을 보다 통합적이고 전체적인 시각에서 볼 수 있다. 그리고 의사를 결정할 때 권위가 아닌 설득을 바탕으로 상대방에게 확신을 주고, 비전을 갖고 조직관리를 하며, 미래에 대한 에너지가 뛰어나고, 임직원이 책무를 다할 수 있도록 관리한다. 또 직원들의 자기계발을 위한 지원을 아끼지 않는다. 조직의 경영자가 어떤 경영자인지 궁금하다면 그들의 지원을 받는 직원들을 보면 된다. 직원들이 인격적으로 성숙해가는지, 건전하고 현명해지는지, 보다 자율적인 의사 결정을 내리게 되는지 그리고 직원들 스스로 그러한 경영자로 성장해가는지를 말이다.

GWP는 'Great Work Place'의 약자로 일하기 좋은 직장을 뜻한다. 미국에서는 'Great Place to Work'(GPTW®)라는 용어를 사용한다.

최고 포스 (신뢰)는 기업의 조건 (좋은 직원들), (최고의 직원) (위도명하루스), (올바른 일터 GWP) (박철진) c: getty images/multimedia



2012 대한민국 일하기 좋은 100대 기업

일하기 좋은 기업(GWP, Great Work Place)이란 조직 구성원이 상사와 경영진을 신뢰하고, 자신의 업무와 조직에 자부심을 가지며, 강한 동료애로 재미있고 즐겁게 일할 수 있는 곳을 말한다. 미국의 경제 전문지인 <포춘>은 1998년부터 매년 '일하기 좋은 100대 기업'을 선정, 발표하고 있다. 이는 신뢰 경영을 실천해 일하기 좋은 기업 문화를 쌓아가는 회사를 선정하는 제도로 유럽연합·중남미·중국·일본 등 전 세계 45개 국가에서 동일한 방법으로 진행된다. 한국에서는 2002년부터 '대한민국 일하기 좋은 100대 기업'을 선정해왔으며, 올해로 11회째를 맞았다.

직원의 경쟁력이 기업 성과 창출의 핵심 요소

GWP코리아(대표 지방근)가 주관하고 선정하는 '2012 대한민국 일하기 좋은 100대 기업'은 제조 부문, 판매·유통 부문, 일반 서비스 부문, 금융 부문, 외국계기업 부문, 공공 부문 등 총 6개 부문으로 나눠 진행되었다. 그 결과 글로벌 GPTW® 대상에는 (주)KT가, GWP신뢰경영 대상은 한국남부발전이 수상했다. 신한은행, 현대해상화재보험, LG화학의 3개사가 5년 연속 대상을, 부산은행, 한국마주 등이 3년 연속 대상을 수상했다. 이외에 74개 기업이 본상, 대상, 특별상 등을 수상, '2012 대한민국 일하기 좋은 100대 기업'에 선정되었다. 한편 최고경영자상은 이상호 한국남부발전 사장, 장태평 한국마사회 회장, 서진원 신한은행장, 신현 롯데백화점 대표이사, 김용성 두산인프라코어 대표이사, 김춘선 인천항만공사 사장, 김정대 로이포스 대표이사, 김광호 한국마주 대표이사 각각 수상했다. 최고경영자상은 평소 탁월한 리더십과 높은 사명감으로 훌륭한 일터 구현을 위한 혁신적 경영철학을 확산·보급하여 산업 발전에 기여한 CEO에게 주는 상이다. 올해 수상 기업의 특징은 첫째, 직원 간의 신뢰 형성만이 아닌 기업 경영의 총체적 가치인 비전·인재관리·기업 문화라는 광의의 GWP가 핵심 경쟁력이라는 것을 인지하고 기업 문화 활동을 다양화, 구체화했다. 둘째, CEO들의 관심과 참여가 높아졌다. GWP를 구현하기 위해서는 CEO의 의지가 무엇보다 중요하다.

수상 기업의 리더를 보면 구성원이 조직의 업무를 수행할 때 보다 쉽고, 재미있게 일할 수 있도록 장치가 되는 요인을 없애주고자 노력했다. 셋째, 제조 부문과 공공 부문에서의 변화가 두드러졌다. 74개 수상 기업 중 제조 부문 32개사, 공공 부문 14개사에 달했다. 넷째, 중소기업이 30곳이나 선정되었다. '2012 대한민국 일하기 좋은 100대 기업'에 선정된 기업들은 회사의 크기나 직원 수, 매출 규모에 상관없이 일터의 경쟁력을 내부에서 찾고 있으며, 특히 직원의 경쟁력을 기업 성과 창출의 핵심 요소로 여겨 이들의 잠재력이 최고로 발휘될 수 있는 기업 문화를 가꾸어가는 공통적인 특성을 보였다.

기업 경영에서 신뢰가 가져다주는 10가지 효과

- 1기업의 가치를 높인다
- 2유연한 조직을 만든다
- 3변화에 대한 저항을 없앤다
- 4고객을 끌어들인다
- 5시장 대응력을 높인다
- 6지식 공유를 촉진한다
- 7창의력을 높인다
- 8비용을 절감한다
- 9협력을 이끌어낸다
- 10리더십을 높인다

일하기 좋은 기업 선정 기준
'대한민국 일하기 좋은 100대 기업' 선정 제도는 내부 고객 관점의 세계 유일의 진단·평가 제도로 총 3차에 걸친 심사 과정으로 이뤄진다. 1차 심사인 신뢰지수 조사는 총 57개 객관식 항목으로 이루어지는데 조직 구성원이 상사와 경영진, 업무와 조직 그리고 동료 간 관계의 질을 진단한다. 신뢰지수는 신뢰, 자부심, 재미의 영역으로 구분해서 평가한다. 1차 심사인 신뢰지수는 일하기 좋은 기업 선정에서 가장 큰 부분으로 100점 만점 기준에 56%의 비중을 차지한다. 2차 심사는 실제 기업 문화를 주도하는 조직 구성원들이 구체적인 질문에 대한 답변을 작성하고, 이를 통해 기업의 전반적인 기업 문화를 판단하는 지표로 삼는다. '대한민국 일하기 좋은 100대 기업' 선정에서 100점 만점 기준에 11%를 차지한다. 3차 심사는 교육, 격려, 말하기, 듣기, 감사, 개발, 돌봄, 축하, 공유, 통합 등 각각의 평가 항목에 따라 기업을 심사하며, 100점 만점 기준에 33%를 차지한다.
문의 GWP코리아(02-574-7383)

INFOPACK

11월에 농치면 안 될 몇 가지

시간은 빠르게 연말을 향해 달리고, 그럴수록 마음은 팬스레 헛헛하기만 하다.

이 분위기를 단숨에 날려버릴 만한 일이 어디 없을까.
여기, 호기심을 자극하기에 충분한 몇 가지 아이템이 있다.

Car

람보르기니의 새로운 질주

최강의 성능을 자랑하는 슈퍼카 브랜드 오토모빌리 람보르기니가 신형 가يار도 LP560-4와 LP570-4 에디지오네 테크니카 모델을 선보인다. 람보르기니 역사상 가장 성공적인 스포츠카인 가يار도를 업그레이드한 두 모델은 가يار도의 외관을 더욱 공격적으로 다듬어 익스트림 슈퍼 스포츠카의 매력을 극대화했다. 특히 LP560-4는 페이스리프트 버전으로, 강렬한 직선 라인(Razor-sharp)이 특징이다. 덕분에 한층 강한 인상을 주는 것은 물론, 차체 컬러와 확연하게 구별되는 블랙의 에어인테이크(Air-intake) 컬러로 유니크한 느낌까지 가미했다. 문의 02-3438-6400



Hotel

새로운 이름의 스마트 럭셔리 호텔

'스마트 럭셔리'를 표방한 '콘래드 서울(Conrad Seoul)'이 11월 12일 여의도에 문을 연다. 총 38층 규모, 434개 객실을 갖춘 콘래드 서울은 객실마다 최첨단 디지털 환경을 구축했고, 한강과 도시의 전경을 360도 조망할 수 있는 고급 레스토랑·바·영화장·피트니스 클럽·수영장·골프 연습장·스파 등을 갖췄다. 콘래드 서울은 이번 오픈을 기념해 'Luxury of Being Yourself' 패키지를 판매한다. 이는 콘래드 호텔 앤 리조트가 새롭게 출시한 시그니처 패키지로 콘래드 호텔의 럭셔리를 체험할 좋은 기회다. 문의 02-6137-7000

Golf Wear

활동성 UP! 골프 다운 재킷의 진화

아디다스 골프가 '아디모션(ADMOTION™)' 구스다운을 출시한다. 아디모션 구스다운은 골퍼의 움직임 하나하나를 면밀히 분석해 인체공학적인 패턴을 적용한 것이 특징이다. 특히 스윙 시 크게 움직이는 어깨 부위에 스트레치 밴드를 더해 활동성을 높였다. 또 일반 안감 원단보다 표면 온도가 5~7℃ 정도 높게 측정되는 발열 안감을 사용하는 것을 비롯해 깃털 90%, 충전재 10%의 비율로 보온성은 높이고 무게는 낮췄다. 고밀도의 니트 짜임 방식을 이용해 오래 입어도 처음 착용했을 때와 동일한 부피감을 유지한다. 문의 02-3415-7300

Chair

인체공학 3D 시스템 의자

기능성 가구 브랜드 몰(Moll)이 독일의 사무가구 회사 빌칸(Wilkhahn)의 'ON체어'를 국내에 처음 소개한다. 기존 인체공학 시스템 의자가 등받이 각도와 좌판 높낮이만 조절되는 2D 의자였다면, ON체어는 사람의 움직임과 자세를 따라가며 그 상태를 편안하게 받아주는 3D 의자다. 빌칸의 아시아 지역 세일즈 디렉터 캄레시 말카니(Kamlesh Malkani)는 "재단한 맞춤형을 입은 듯 등과 목, 허리의 미세한 움직임을 통째로 지지해준다. 몸을 한쪽으로 기울이면 의자가 함께 기울기 때문에 최상의 자세를 유지할 수 있다"고 설명한다. 또한 좌판 높낮이 조절과 손잡이 높낮이 및 각도 조절도 가능하다. 세계 최초의 3D 입체 기능성 의자 ON체어는 지난 2010년 생산을 시작했고, 올해 8월 유럽에서만 누적 생산량 10만 개를 돌파했다. 캄레시 말카니는 "빌칸은 세계적인 기업의 'CEO 의자'로도 유명하다. 도이처뱅크, 아우디, BMW, 바클레이, 스탠더드차타드, JP모건 등에 공급되고 있다"고 귀띔했다. 문의 02-543-0164



HEALTH



스마트 시니어의 건강한 휴테크 전략

스마트 시니어가 날로 증가하고 있다.

뉴(New) 실버세대'라고도 불리는 이들이 중요하게 생각하는 것은 건강, 가족, 여가, 사회참여, 디지털 라이프 등이다. 특히 건강을 위해서라면 자신을 위한 투자를 주저하지 않는다.

스마트 시니어들의 특징은 '자기주도적 건강관리'의 일상화로 요약할 수 있다. 즉 스스로 정기검진을 받고 규칙적인 운동을 한다. 신체 뿐 아니라 정신 건강을 위해 심리적 위축을 해소하거나 자존감을 회복하고자 노력하기도 한다. 이 같은 자기주도적 건강관리는 여가 활용으로도 이어진다. 건강한 신체를 바탕으로 보다 적극적이고 능동적인 체험형 여가활동을 향유하고자 하는 것이다.

건강관리의 일상화... 등산 등 여가활동 활발

우리나라 스마트 시니어들의 대표적인 건강 '휴(休)테크'로는 등산을 꼽을 수 있다. 두 달에 한 번 이상 등산을 가는 사람을 기준으로 현재 국내 등산 인구는 자그마치 2000만 명 이상으로 추정된다. 이 중 40대가 23%, 50대가 23%, 60대 이상이 17%로, 시니어 세대가 절대적으로 많은 비중을 차지하고 있다. 시니어 세대를 중심으로 등산 인구가 증가하면서 한국등산·트레킹지원센터와 같은 기관이 생겨났고, 적극적으로 등산을 즐기는 사람들을 위한 등산학교도 많아졌다. 스마트 시니어들을 위해서 등산의 기초부터 가르쳐주는 평생교육원, 노인복지화관, 동호회 등도 최근 부쩍 눈에 띈다. 또 디지털 라이프를 바탕으로 인터넷과 스마트폰을 이용해 등산 정보를 수집하고 활용하는 스마트 시니어도 증가 추세다.

가을이 깊어가는 이 계절, 꼭 등산 마니아가 아니더라도 울긋불긋 아름다운 단풍을 보며 그냥 지나칠 수만은 없을 것이다. 이미 10월 중순부터 북한산으로, 설악산으로, 내장산으로 전국을 누비며 단풍을 벗 삼아 등산을 즐기고 있을 터. 단풍의 계절이 끝나면 하얀 눈꽃이 뒤덮인 겨울 산행을 즐기려는 이들도 적지 않을 것이다. 그러나 한 가지 문제가 있다. 가을·겨울 등산을 즐기는 시니어들은 아름다운 풍광을 감상하며 가벼운 발걸음으로 산에 오르지만, 막상 정상에 도착했을 때나 하산 이후에는 물러오는 피로가 여간 부담스러운 게 아니다. 수분 보충을 위해 생수나 에너지 드링크를 음용하고 피로 회복을

위해 초콜릿이나 사탕 등 간식을 챙기지만 사실 이것만으로는 충분하지 않다. 그렇다면 어떤 방법이 있을까.

상위 2% 뿌리삼, 피로 회복에 탁월

등산이나 여행에서의 피로를 현장에서 바로 풀 수 있도록 한 건강 기능성 식품이 그 대안이 될 수 있다. KGC인삼공사에서 만든 '정관장 황진단액'이 그 대표적인 제품. 황진단액은 땅의 기운을 품은 지삼(地蓼)을 비롯해, 옛날 황제에게 진상하던 공진단의 처방에 따라 양기의 원천인 녹용과 당귀, 산수유, 숙지황, 계피 등 건강에 좋은 각종 한약재를 재료로 현대인의 입맛에 맞도록 만든 프리미엄 보양액이다. 정관장이 자랑하는 6년간 홍삼 중에서도 특별히 엄선한 상위 2% 내 뿌리삼인 지삼과 기력 보충에 탁월한 보혈 감성제로 유명한 공진단에 사용되는 각종 전통 약재를 오랜 시간 달이고, 꽃송이버섯 추출액, 발효 매실 농축액 등의 고급 성분을 간편하게 먹을 수 있도록 한 병에 담아낸 것이 특징이다. 피로 회복에 탁월한 효과를 지닌 홍삼과 양기를 보충해주는 녹용, 혈액순환에 효과적인 당귀 등이 어우러져 등산이나 여행지에서 지친 몸의 원기를 즉시 회복하는 데 도움을 준다. 황진단액은 여행지에서뿐만 아니라 건강하게 기력을 회복하려는 40대 이상의 남녀나 바쁜 오후 피로 회복을 원하는 이들이 사무실이나 가정에서 복용하기에도 안심맞춤이다. 또 환절기나 가을·겨울에 마시면 면역력 개선, 피로 회복과 더불어 식품의약품안전청에서 공식 인증받은 기력력 개선, 혈행 개선, 항산화 기능 등의 효과도 얻을 수 있다. 정관장 황진단액은 50ml 한 병에 1만원, 7회분이 든 세트는 7만원이다. 단품으로 구입할 수 있어 빠른 효과를 원할 때 한 병씩 챙겨 마시기에 편리하다. 또 7회분이 든 세트는 용 무늬를 형상화한 품격 있는 케이스에 담아 선물용으로도 손색없다. 전국 정관장 매장 및 온라인 쇼핑몰(www.kgcshop.or.kr)에서 구입 가능하다.

문의 1588-2304, www.kgc.or.kr

EVENT

〈시니어조선〉의 스마트 시니어 독자 중 3분에게 정관장 황진단액 시음 기회를 제공합니다.

이메일로 이름, 나이, 성별, 휴대전화 번호, 주소를 기재해 보내주세요.

날짜 2012년 11월 20일까지 보낼 곳 hjda2304@naver.com

*이벤트 응모 시 보내주신 개인정보는 정관장의 마케팅 활동(이-DM, 성별, 연령, 관심 등)을 위해 사용될 수 있습니다.



COMMUNITY

유어스테이지 시니어 리포터 모집 “나도 작가나 기자가 될 수 있다”

항상 시절, 백일장이 두렵지 않았다. 일기를 쓰는 것이 즐겁다. 내가 쓴 글을 누가 읽고 평가해주는 것이 좋다. 개인 블로그를 운영하고 있다. 이 중에서 한 가지라도 해당되는 이들이라면 새로운 도전의 기회를 잡아보는 것은 어떨까? 시니어 비즈니스 전문 기업 시니어파트너즈(대표 박은경)에서 시니어 포털 '유어스테이지'에서 활동할 시니어 리포터를 모집한다. 시니어 리포터가 되면 자신의 경험이나 생각 등을 유어스테이지에 기사나 수필 등의 형태로 자유롭게 기고할 수 있다. 심사를 통해 글이 채택되면 유어스테이지 메인 페이지에 소개하며 소정의 원고료도 지급한다. 시니어 리포터는 50세 이상 신청 가능하며, 신청자 모두에게 자격이 주어진다. 또한 시니어파트너즈가 주관하는 온·오프라인 강좌와 이벤트 참가 등의 혜택이 제공된다. 신청을 원하는 이들은 유어스테이지 홈페이지(www.yourstage.com)에서 접수하면 된다. 문의 02-3218-6234



Copyright/mulbis

양선생에게 물어보세요

부모님에 관련된 걱정거리나 궁금증이 있으면 연락주세요. 케어 코디네이터 양 선생님이 꼼꼼히 살펴보고 해법을 알려드리겠습니다. 사연이 채택되신 분께는 소정의 기념품을 드립니다. 문의 yang@homeinstead.co.kr

양명주 케어 코디네이터 겸 사회복지사는 1976년 이화여대를 졸업하고, COSCA 상담과정을 수료했다. 상담학 석사·사회복지학 석사 학위를 받고 현재 세계적인 비영리 시니어 케어 전문 기업 ㈜홈인스테드코리아 사무국장으로 활동하고 있으며, 사회복지법인 굿넷즈 사무국장을 겸임하고 있다.



Q 저희 어머니는 성격이 활발한 편이세요. 그래서 친구분들도 많고, 집에 계시기보다는 모임에 자주 나가셨습니다. 그런데 이제는 집에 계시게 때가 많습니다. 어머니 연세가 곧 팔순인데, 주변 친구분 대부분이 세상을 떠났기 때문입니다. 어머니께서는 이러한 상황을 쉽게 받아들이지 못하시는 듯 해요. 전보다 부쩍 우울해하십니다. 저희 어머니가 다시 활기를 찾을 수 있는 좋은 방법이 없을까요? (53세 딸, 전영주부)

A 주변의 소중한 친구들이 곁을 떠나고 자신이 할 수 있는 일이 없다는 무력감이 어머님을 힘들게 하는 듯하네요. 우선 어머니께서 하시고 싶은 일을 찾을 수 있도록 도와드리세요. 어머님과 함께 위시리스트를 만들어 하고 싶었던 것, 가고 싶었던 곳을 한 가지씩 이루어가면 좋을 것 같습니다. 또 새로운 사람을 만나고 교제할 수 있는 환경을 만들어드리세요. 어머님과 동년배가 아니더라도 말이 통하는 따뜻한 분이면 됩니다. 때로는 말처럼, 때로는 친구처럼 자주 만나서 이야기기도 하고 외출도 하며 즐거운 시간을 보낼 수 있는 누군가가 있다면 어머님께서 훨씬 활기를 찾으실 것입니다. 새로운 환경을 만들어드리는 것도 괜찮습니다. 어머님께서 인터넷을 모르신다면 인터넷 세상에 입문하도록 도와드리는 것도 좋을 것입니다. 인터넷을 통해 많은 친구들과 교류 하면서 새로운 즐거움을 느낄 수 있을 것입니다. 어머님께서 평소 관심을 가졌던 취미활동을 하도록 돕는 것도 좋습니다. 문화에 관심이 많은 분이려면 함께 영화를 보거나 음악회에 가거나 책방에 들러 책 구경을 하는 것도 권하고 싶습니다. 요즘 곳곳에 복합 쇼퍼몰이 있는데, 그런 곳에 나들이 가서서 즐거운 시간을 보낸다면 만족감과 적당한 육체적인 피로감 덕분에 숙면을 취하실 수 있을 것입니다.

물론 이러한 활동을 모두 따님이 함께 하기에는 현실적으로 어려울 것입니다. 그럴 때는 주변 분들이나 전문 기관에 도움을 구하는 것이 현명합니다. 홈인스테드코리아는 단순히 고객을 가정에서 돌봐드리는 데 그치지 않고, 고객과의 정신적 교류와 소통을 중요시합니다. 어르신들의 취미생활 가이드, 종교 활동 동행 등 다양한 서비스뿐만 아니라 어르신이 삶의 활기를 되찾을 수 있는 다양한 솔루션을 제공합니다. 열정적인 케어기버의 도움을 받아 어머님의 아와 나들이를 계획해보는 것은 어떨까요?

Home Instead
시니어케어

가족처럼 돌보는 어르신들의 동반자
문의 02-3218-6243 www.homeinstead.co.kr

홈인스테드 시니어 케어는 1994년 미국에서 설립된 세계 최대의 시니어 케어 전문 기업으로 전 세계 17개국, 900여 개의 네트워크를 통해 오랫동안 검증받은 케어 서비스를 제공하고 있습니다. ㈜홈인스테드코리아는 이와 동질의 서비스를 한국에서 제공하고 있으며, 이 서비스를 제공하는 '케어기버(CAREGIVER™)'는 3단계 채용 과정을 거치고, 상시 교육과 실적 관리가 이루어지므로 믿고 어르신 케어를 맡기실 수 있습니다.



궁궐의 발자취를 쫓는 사람들 유어스테이지 클럽 ‘궁궐 이야기’

유어스테이지 클럽 ‘궁궐 이야기’는 클럽명에서 알 수 있듯, 궁궐 탐방을 중심으로 우리의 역사와 문화를 배우고 교류하는 모임이다. 지난 2009년 6월 문을 열었으며, 현재 회원 수는 437명이다. 클럽 ‘궁궐 이야기’는 ‘역사 인식은 책과 상상만으로 접근할 수 없다’는 생각에서 출발한다. 그래서 역사의 현장을 직접 대면하고 그에 대한 지식을 쌓는 것을 주요한 활동 원칙으로 삼고 있다.

“궁궐은 우리 역사의 단면을 압축해서 보여주는 거울이다. 또한 역사적 사실의 중요한 증거이기도 하다”라고 클럽을 설립한 이효린 씨는 말한다. 그는 10여 년간 독학으로 한국 역사를 공부해온 민간 사학자이자 역사 해설가다. 현재, 궁궐에 얽힌 이야기를 통해 한국사를 생동감 있게 전하는 책을 집필 중이기도 하다. 그는 “궁궐의 여러 미묘한 선과 흔적을 응시하고, 그 속에 숨어 있는 역사적 사실을 찾아 감추는 동안 우리는 이미 그 시대의 일원이 된 자신을 바라볼 수 있게 된다. 우리 역사의 이야기는 바로 나와 내 가족의 이야기이기도 하기 때문이다”라고 말한다. 궁궐 이야기는 정기적으로 역사 강좌, 궁궐 탐방, 유적 답사, 박물관 순례 등을 통해 우리 역사의 생생한 현장을 찾는다. 올해에는 천년고도 경주를 비롯해 국립고궁박물관, 한성백제박물관, 경희루, 남한산성, 창경궁 등을 탐방했다. 정기 모임은 클럽 홈페이지(<http://club.yourstage.com/pkmi4579>)를 통해 사전에 공지하며, 클럽 회원을 대상으로 미리 신청을 받는다. 클럽 가입은 누구나 가능하며, 홈페이지를 통해 참가 신청을 할 수 있다.

CULTURE



제5회 갤러리나우 작가상
캐서린 넬슨 Other Worlds展
갤러리나우에서 매년 세계 사진계를 이끌어갈 사진가들을 발굴하고 지원하기 위해 시행하는 <갤러리나우 사진가 공모전>에서 올해의 작가로 호주 출신 캐서린 넬슨(Catherine Nelson)을 선정했다. 호주의 야생과 드넓은 자연을 접하고 자란 작가의 시각은 세계 문명의 기원이 되는 다양한 지역을 카메라에 담고 이를 지구와 닮은 또 다른 원형의 우주로 재창조해낸다. 초현실적 풍경화를 보는 듯한 신비로운 느낌이 압권이다. 촬영 후 두 달 이상의 작업을 통해 탄생하는 넬슨의 작품은 '물감 대신 카메라로 그린 그림'이라 평가받는데, 그만큼 '진화된 풍경화'는 신화적 현대 회화를 보는 오묘한 감동과 또 다른 세상을 꿈꾸게 하는 상상력을 선사한다. 11월 7일부터 12월 4일까지 갤러리나우. 문의 02-725-2930

© Art-Horizon
Courtesy the artist and Lison Gallery

Gallery

가득 찬 빈 공간 아니쉬 카푸어展

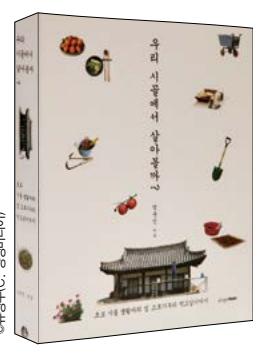
집채만 한 형이상학적 구조물이 턱하니 들어선 공간. 하지만 이는 보는 이를 압도하기보다는 숨통을 틔운다. 과연 이 거대한 조형물이 말하고 싶은 것은 무엇일까? 미국 시카고 밀레니엄 공원의 대형 조각 '구름 대문(Cloud Gate)'(2006), 런던 올림픽 기념 조형물 '궤도(Orbit)'(2012)를 만들며 세계인이 사랑하는 예술가로 자리매김한 아니쉬 카푸어의 개인전이 리움에서 열린다. 인도 출신인 아니쉬 카푸어의 작품 세계는 흔히 동양적 사유의 반영, 동서양 문화의 만남으로 이해된다. 내부가 텅 빈 작품 '보이드(Void)'가 그 대표적 예로, 동양의 음양이론이 형상화된 듯 안과 밖이 공존하고 비움과 채움이 역설적으로 조화를 이룬다. 그리고 이를 바라보는 동안 우리는 마음을 정화하고 삶의 평화를 생각하게 된다. 동아시아 미술에서 열리는 첫 대규모 개인전으로, 작가의 초기작 '피그먼트(Pigment)'부터 카푸어 작업의 핵심인 '보이드' 시리즈, '오토 제너레이션(Auto-generation)' 시리즈, 최근작인 대형 스테인리스스틸 조각 등 핵심을 선보인다. 내년 1월 27일까지 삼성미술관 리움. 문의 02-2014-6900



요요마 첼로 리사이틀

첼리스트 요요마의 내한 공연이 4년 만에 열린다. 1995년 첫 내한 공연을 시작으로 2012년 상반기까지 열 번의 국내 공연을 선보인 가운데 단독 리사이틀은 이번이 다섯 번째. 늘 관객과의 교감을 위해 다양한 개성을 지닌 연주자, 다른 장르의 음악가와 교류하고 전통음악과 너머에 있는 문화를 탐구하는 요요마는 인류 공통의 의사소통으로서 가치 있는 음악을 선사하며 폭넓은 공감대를 형성하고 있다. 완벽한 기교, 특유의 서정성과 섬세한 감성 표현, 청량한 음악성으로 표현되는 그의 연주는 특유의 인간미까지 더해지면서 깊은 감동을 선사한다. 이번 리사이틀은 스트라빈스키 이탈리아 모음곡, 피아졸라 소품곡, 브람스 소나타 제3번 라단조 등 5개 프로그램으로 구성되어 그의 30년 지기 피아니스트 캐서린 스톱이 함께한다. 11월 13일 오후 8시 예술의전당 콘서트홀. 문의 02-318-4301

Books



《우리 시골에서 살아볼까?》
일 때문에 찾이간 경북 성주에서 우연히 빈 한옥을 발견해 그곳에 정착한 저자. 낯설고 지루해 보이는 시골 생활에 잘 적응할 수 있을까? 저자는 시골 생활의 핵심은 '자연스럽게' 사는 것이라 결론 내린다. 먹을 것은 물론 비누·스킨·샴푸·모기약까지도 만들어 쓰는 반자급자족적인 생활, 계속 몸을 놀려야 하는 노동집약적인 환경에 적응하는 과정이 담겨 있다. “때가 되면 일하고, 때가 되면 노는” 그런 ‘자연스러운’ 삶을 꿈꾸게 한다. 엄윤진 저, 디자인하우스.



《장사의 神》
장사에도 왕도가 있다! 저자 우노 다카시는 일본 요식업계의 전설이자 '장사의 신'으로 불리는 사람이다. 커피숍 매니저로 시작해, 200명이 넘는 자신의 직원들을 성공한 이자카야 사장으로 만든 주인공. 그가 이 책에 쏟아놓은 장사의 비법은 남다르다. 입지 선정, 성공하는 메뉴를 만드는 비법, 점객을 통해 매출을 올리는 비법과 가게를 효율적으로 늘려가는 방법 등을 1:1로 코치하듯 날카롭게 지적하고 빈틈없이 알려준다. 우노 다카시 저, 쌤앤파커스.



《남자는 첫발질이 필요해》
지금까지 살아온 삶에 회의적 물음표를 던지게 하는 중년 시기. 이 책은 평범한 남자가 그 시기를 단시간에 극복해 보려 애쓰는 무모한 도전을 기록한다. 억울해서 달리는 식도락 마라톤에 참가하고, 스קי점프대에서 몸을 던지며 나체춤의 바비큐 파티를 즐기는 등 괴괴한 경험도 마다하지 않는다. 그의 도전은 성공했을까? 답을 말할 순 없지만, 그의 도전이 막연한 불안감으로 후반전을 기다리는 남자들을 독려했을지라도는 것만은 분명하다. 티투스 아르누르 저, 뜨인돌.

Cinema



Stage



시니어라이프를 준비하는 당신이 바라던 선택의 기준

2013 대한민국시니어브랜드대상

2012년 12월, 대한민국 대표 시니어 브랜드가 당신을 찾아갑니다

대한민국시니어브랜드대상(Korea Senior Brand Index)이란
시니어조선이 주최·주관하는 브랜드 인증·시상 행사로, 시니어 상품을
품질, 서비스, 안전, 이미지 등 4대 관점 5개 영역에서 소비자와 전문가가 평가한 결과를 지수화하여
상품에 대한 시니어 및 시니어준비세대 소비자들의 브랜드 가치 척도를 나타내는 것입니다.

대한민국시니어브랜드대상은
대한민국 산업에 시니어 전문/특화된 새로운 비즈니스 기회를 제시함은 물론,
소비자들에게는 시니어·시니어준비 상품군 선택의 기준이,
기업에게는 타사와의 비교우위를 객관적으로 제시할 수 있는 브랜드 표준이 될 것입니다.

1위 인증기업 참여 안내

9대 산업 119개 분야의 1위 시니어브랜드가 [대한민국시니어브랜드대상] 홈페이지에 게재되고 있습니다.
www.senioraward.co.kr에서 지금 확인 하십시오.

문의 : 대한민국시니어브랜드대상 운영사무국
서울특별시 중구 세종대로 135 조선일보사 구관 3층 T.02-724-7865 E.senior@chosun.com