

인생은 아름다워! 화려한 노후를 즐기는

해외 액티브시니어(Active Senior)

운동, 코딩, 유튜브 등을 젊은 세대만 즐길 수 있는 것으로 생각했다면
이제는 그 생각을 바꿔도 좋겠다. 좋아하는 일을 하는 데 있어
나이는 숫자에 불과하다는 것을 몸소 보여주는 이들이 있기 때문이다.
자신이 잘할 수 있는 일을 찾아 제2의 인생을 사는
해외의 액티브시니어들을 만나보자.

글. 편집부



기네스북에 오른 '할머니빌더' 어니스틴 셰퍼드(Ernestine Shepherd)



울퉁불퉁한 근육으로 육체미를 뽐내는 할머니빌더는 주로 젊은 세대의 전유물로 여겨지곤 한다. 하지만 이러한 고정관념을 보란 듯이 무너뜨린 사람이 있으니, 바로 '할머니빌더'로 유명한 '어니스틴 셰퍼드'가 바로 그 주인공이다. 그는 56세에 운동을 시작한 이후, 보디빌딩 대회에서 두 차례나 우승했고 2010년에는 가장 나이 많은 여성 보디빌더로 기네스북에도 올랐으며 9번의 마라톤 완주까지 해내 놀라움을 안겼다. 그리고 84세가 된 지금도 트레이너로 활동하고 있다. 나이는 숫자에 불과하다는 것을 온몸으로 증명해 보인 셈이다.

107살 시니어 유튜버 그래마와 깡가(Gramma and Ginga)



시간과 장소, 아이템 등의 한계를 초월해 다양한 형태로 진화하고 있는 유튜브. 107살과 102살, '그래마와 깡가' 할머니 자매는 자신들의 일상을 담은 동영상으로 현재 43만의 구독자를 확보하며 인기 유튜버로 자리 잡았다. 이렇게 많은 구독자를 확보하게 된 배경에는 그래마 할머니 특유의 시니컬한 매력과 농담, 깡가 할머니의 발랄하고 즉흥적인 성격이 사랑스러운 '케미스트리'를 이루는 데 있다. 이들은 서로 티격태격하면서도 끈끈한 유대 관계와 삶에 대한 긍정적인 태도, 가족애 등을 보여주며 훈훈함을 전한다.

일본 코딩 할머니 와카미야 마사코(Wakamiya Masaco)



2017년 iOS용 게임인 '히나단'을 개발한 와카미야 마사코는 당시만 82세라는 최고령 앱개발자로 화제가 됐다. '히나단'은 일본 전통 인형을 순서대로 맞추는 무료 퍼즐 앱이다. 그는 은퇴 후 치매를 앓는 어머니를 돌보며, 제한된 환경 때문에 사람들과 예전만큼 자주 만날 수 없게 된 것을 걱정했다. 그러던 중 '컴퓨터'를 통해 집에서도 주위 사람들과 소통할 수 있다는 말을 듣고 컴퓨터를 익히기 시작했다고 한다. 그의 이러한 도전은 애플의 CEO 팀 쿡에게도 감명을 주었고, WWDC(세계개발자회의)에 초대되어 팀 쿡과 직접 인터뷰를 하기도 했다.

포르투갈 할머니 그래피티 아티스트 그래피티 그랜마(Graffiti Grandma)



그래피티는 락카, 스프레이, 페인트 등을 이용해 공공장소 혹은 사유지 벽에 그림, 글자 같은 흔적을 남기는 문화를 말한다. 이탈리아어로 '낙서를 뜻하며 MC(랩퍼), DJ, 비보이와 함께 힙합의 4대 요소로 불린다. 이러한 젊은이들의 문화에 도전장을 내민 'Graffiti Grandma'는 포르투갈의 시니어들이다. 한 문화예술단체가 진행한 시니어 대상의 그래피티 워크숍을 통해 그래피티 교육을 받고 집에서 뜨개질바늘을 드는 대신 스프레이를 선택해 도시의 수많은 벽들에 그림을 그린다. 당당히 젊은이들의 문화에 도전장을 내민 이들은 그래피티를 통해 삶의 활력을 찾고 나이의 장벽을 스스로 벗어났다.