외로움을 줄이는 10가지 혁신적 기획들

- 저자 : Ryan Conway 외
- 원문 : "10 innovative projects from around the world that reduce loneliness" (2018. 3. 13) / Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)
- 분류 : 번역
- 옮긴이 : 에스페라

4월 10일 샌프란시스코주립대학교(SFSU)에서 열린 '외로움 전염병에 대한 공동체의 해결방안'(Community Solutions to the Loneliness Epidemic)이라는 행사가 있었는데 같은 날이 우리의 신간 『공유도시—공유 공유재의 활성화』(*Sharing Cities: Activating the Urban Commons*)의 1주년 기념일이었다. 여기에서 무료로 내려받을 수 있는 이 책은 일상에서 사람들이 공유하는 것을 돕는 전 세계의 많은 사례연구들을 보여준다. 공유는 사회적 고립을 자연스럽게 해결하는 위대한 치료법이다. 이 책에 등장하는 사례들은 어떻게 사람들이 다른 사람들의 근본적 욕구를 채워주면서 하나가 되는지를 보여 준다. 아래에는 외로움을 줄이는 사례들에 대한 연구 가운데 우리가 가장 좋아하는 것들이다. 각 글 끝에 저자의 이름이 쓰여 있다.

1. 일본 액티브 라이프 클럽: 적절한 비용의 노인 돌봄을 위한 타임 뱅킹

65세가 넘는 사람들이 인구의 사분의 일 이상을 차지하는 일본과 같은 나라에서는 어떻게 하면 세금을 내는 나머지 사람들에게 큰 부담을 주지 않고 질 좋은 수준으로 노인들을 돌볼 수 있을까 하는 것이 절박한 문제이다. 1970년대 이후, 타임 뱅킹 방법들이 이 문제를 해결하기 위해 발전되어 왔다. 일본어로 이러한 실천들을 다 합쳐서 '후레아이 키푸(fureai kippu)[ふれあい切符, Caring Relationship Tickets]라고 부른다. 노인들을 도우면 '시간 점수(time credit)를 얻는다. 이 시간 점수는 나이가 들었을 때 본인이 스스로 상환받을 수도 있고, 다른 도시에 사는 더 나이가 많은 가족 구성원에게 선물할 수도 있다. 점수는 현금으로 지급될 수도 있다. 시간을 내서 참여하는 사람들은 일반적으로 전문적인 돌봄노동자들이 아니다. 그러므로 대부분 돌봄노동은 청소, 마당 치우는 일, 일반적인 교우와 같은 기본적인 일들이다. 몇몇 타임 뱅크들은 지역 정부 또는 준정부 단체에 의해 운영된다. 가장 많은 수의 타임 뱅크들이 <일본 액티브 라이프 클럽>(Nippon Active Life Club)이라 불리는 비영리 네트워크에 소속되어 있다. 클럽은 회원들의 회비에 의해 유지되고, 회원들은 돌봄노동에 대한 대가를 시간 점수나 현금으로 지급한다. 2016년 초 현재(As of early 2016) 전

국에 약 18,000명의 회원들과 124개의 사무실이 있다. <사와야카 복지 재단>(Sawayaka Welfare Foundation)에서 더 자세한 사항을 알 수 있다. —라이언 T. 콘웨이(Ryan T. Conway)

2. 휴마니타스: 돌봄을 받는 노인들이 기숙 학생들과 만나 세대 간 삶을 공유하다

네덜란드의 데벤테르 도시에 있는 한 장기 요양원인 <휴마니타스 리타이어먼트 빌리지>(Humanitas Retirement Village)은 학생들에게 한 달에 30시간 노인 거주자들을 도와주는 데 대한 대가로 무료 숙박시설을 제공한다. 현재 여섯 명의 학생들이 이 타운에 거주한다. 이 제도는 서로에게 이익을 준다. 젊은 층인 학생들은 무료로 숙박시설을 이용하고, 노인 거주자들의 요양과 서로 간의 소통을 촉진할 수 있다. 학생들이 자발적으로 동의한 것에는, 노인들에게 이메일과 소셜미디어 사용하기와 같은 다양한 기술들을 가르치고 친구가 되어주는 것도 포함된다. 이러한 교류들도 중요하지만, 관계가 발전하도록 도와주고 외로움을 덜어 주며 노인들의 정신 건강에 긍정적으로 이바지하는 것은 바로 '가까이 사는 것'이다. — 샤론 에데(Sharon Ede)

3. <엠버시 네트워크> — 목표 지향적 젊은 전문가들을 위한 새로운 '협동 하우징' 모델

도시의 젊은 전문가들은 비싼 주택 가격, 사회적 고립, 경력 구축의 어려움 등에 자주 직면한다. 글로벌 공생 운동의 선구자 중 하나인 <엠버시 네트워크>(Embassy Network)는 이 세 가지 난제 모두를 하나의 새로운 '공유주택 모델'로 해결한다. 네트워크 하우스의 건물들은 각각 5명에서 20명까지 수용한다. 건물들은 개조된 저택, 휴양시설, 그리고 작은 호텔들이다. 거주자들은 식비, 정기적인 공동 식사, 공용 공간, 자동차를 공유하며 무엇보다 중요한 것은 경력을 서로 지원한다는 것이다. 그들은 일반적으로 자신들의 일을 통해 긍정적인 영향을 미치고 싶어 하는 사회적 기업가들, 프리랜서들, 그리고 젊은 전문가들이다. <엠버시 네트워크>는 동료 사이의 지원, 정기적인 공개 행사, 지식을 공유하는 단기 방문객들, 그리고 북아메리카 · 중앙아메리카 · 유럽에 있는 9개의 모든 <엠버시 네트워크> 건물들에 대한 접근을 통해, 자기계발과 경력 발전을 위해 용기를 북돋아 주는 환경을 조성한다. 여기에서 공생 커뮤니티를 찾아보라. — 닐 고렌플로(Neal Gorenflo)

4. 코우어보드 — 서로 맞는 싱글맘(홀보듬엄마)들을 연결해 공동거주하게 해주기

아이들을 키우며 직장을 다니는 많은 싱글맘들은 경제적으로 부담 없고 좋은 집을 확실히 소유하기 위해 지칠 줄 모르고 일한다. 미국에서는 '한 부모'들의 약 40% 정도가 저임금 직업에 종사하고 있고, 싱글맘들은 심지어 더 오랜 시간 동안 일하는데도

심한 빈곤에 시달리고 있다. 혼자서 힘들게 감당하기보다는 집에 대한 금전적, 현실적 부담을 공유하는 것이 삶을 더 편하게 만드는 데 도움이 될 수 있다. <코우어보드>(CoAbode)는 서로 같이 살 수 있는 싱글맘들을 연결해 공동거주하게 해주고 육아의 고생을 덜 수 있도록 지원해 주는 서비스이다. 공동 거주 주택에서 엄마들은 음식을 공유하고 자녀를 함께 양육함으로써 금전적 비용을 줄이고 시간적 여유가 생기며 서로 지원할 수 있게 된다. 회원 가입은 무료고 120,000명이 회원으로 등록되어 있다. 브루클린, 샌디에이고, 워싱턴DC를 포함한 미국의 많은 도시에 회원들이 있다. —샤론 이또(Sharon Ede)

5. 쎄바 카페 — P2P 방식의 베풂이어가기 실험

<쎄바 카페>(Seva Cafe)는 P2P 베풂의 실험적인 시도와 음식 공유의 가족 모델로서 인도의 아마다바드(Ahmedabad)에서 출범했다. 전체 조직은 손님들에게 음식을 만들어 주는 일곱 명 내지 여덟 명의 자원봉사자들에 의해 매일 운영된다. 선물(膳物)경제 모델에 근거하여 식사는 무료로, 무조건적인 선물로 제공된다. 손님들은 값을 치르거나 이 조직에 자원하는 것을 원할 수도 있지만, 그 둘 중 어느 것도 꼭 요구되는 것은 아니다. <세바 카페>의 계산서에는 "0/-"라고 적혀있고 이렇게 각주가 달려있다. "당신의 식사는 이전에 온 누군가가 당신에게 주는 선물이었습니다. 선물의 연쇄를 계속 유지할 수 있도록 이후에 와서 식사할 사람들을 위한 '베풂이어가기'에 당신을 초대합니다." 전체 재정 절차와 운영은 매우 투명하게 이루어지며 카페는 선물주기의 에너지로 운영된다. <쎄바 카페>는 또한 많은 나라에 '카르마 키친(Karma Kitchen)으로도 잘 알려져 있다. 이것은 베풂이어가기를 하는 식당들의 더 큰 추세의 의 일부라고 볼 수 있다. — 쿠시부 발와니(Khushboo Balwani)

6. 레스토랑 데이 : 음식공유를 통한 문화간 상호작용 촉진하기

큰 도시에는 여러 다른 문화를 가진 사람들이 가까이에 산다. 그러나 사람들이 자신이 사는 도시 안에서 다양한 전통을 경험하고 서로 뒤섞일 수 있는 기회들은 종종 충분하지 않다. 사람들을 모으고 문화간 상호작용을 촉진하기 위한 노력의 일환으로 핀란드 헬싱키의 지역 조직가들은 <레스토랑 데이>(Ravintolapäivä)를 만들었다. 2011년에 시작된 이 행사는 음식에 대한 열정이 있는 누구라도 자신의 집이나 공공장소에서 하루 동안 '레스토랑'을 운영하도록 하는 '푸드 축제'로 시작했다. 비록 한시적으로 운영되는 팝업 레스토랑들이 식사에 대한 돈을 받긴 하지만 이윤 창출이 아니라 지역 주민들의 협동과 문화 교류에 중점을 둔다. 행사 기간 동안 전 도시의 거리 축제에서 매우 다양한 요리를 제공하는 수백 개의 이 비공식 레스토랑들은 헬싱키를 변화시켰다. 이 행사는 분산된 조직을 통해 개최된다. 개별 자원봉사 레스토랑 주인들은 장소를 찾아내고, 메뉴 정하기와 초대 관련 일을 처리하며 식사 가격을 정할 책임을 진다. 현재 <레스토랑 데이>는 27,000개 이상의 팝업 레스토랑들이 75개국에

서 3백만이 넘는 지역 주민들에게 음식을 제공해 준 세계적인 운동이 되었다. — 쿠시부 발와니(Khushboo Balwani)

7. 키친 셰어 : 가정요리사를 위한 지속 가능한 공동체 자원

주방기구를 살 때 돈을 필요 이상으로 쓰거나 찬장 공간을 과하게 사용하는 경우가 생긴다. 특히 빠듯한 예산과 작은 집을 가진 도시 주민들의 경우에 그렇다. 그러나 건강한 식사를 향한 관심은 점점 증가하고 있다. 더 많은 사람들이 색다른 음식을 마련하는 기술을 시도하고 있고, 이때 특별한 주방기구가 필요할 수도 있다. 2012년에 시작된 오리건주의 포틀랜드에 있는 <키친 셰어>(Kitchen Share)는 가정요리사를 위한 주방도구 도서관이다. 지역 주민들은 음식 탈수기, 믹서, 주스 만드는 기계와 같은 여러 다양한 주방 도구를 빌릴 수 있다. 회원들은 <마이턴>(myTurn)에서 저렴한 대여도서관 소프트웨어를 사용하여 400개가 넘는 물품들을 온라인으로 대출할 수 있다. 포틀랜드의 두 장소에서 운영되고 있는 <키친 셰어>는 주민들이 돈을 저축하고, 이웃들에게서 새로운 기술을 배우며, 환경 발자국(환경에 미치는 영향)을 줄이도록 도와준다. 가정 요리를 위한 비영리 공동체 자원으로써 <키친 셰어>는 가입할 때만 한 번 기부하는 것을 요구하고, 자원을 보다 효율적으로 사용하는 도시를 만드는 동시에 비싸고 부피가 큰 물품들을 저렴한 가격으로 이용하도록 해준다. 이러한 도구들을 가지고 대여 도서관을 시작하는 것에 대해 알아보라 — 매리언 웨이메스(Marion Weymes)

8. 엔스파이럴: 상호 이익을 위한 공유 가치를 생성하는 사회적 기업들의 네트워크

뉴질랜드 웰링턴에 근거지를 둔 탈중심화된 기업 공동체인 <엔스파이럴>(Enspiral)은 사회적 문제에 깊은 관심을 쏟는 노동자들의 공동체를 만드는 것을 목표로 2010년에 시작되었다. 때때로 ”열린 가치 네트워크”라고 불리기도 하는 <엔스파이럴>은 협동을 촉진하는 공간과 플랫폼을 제공함으로써 사람들이 사회에 영향을 미치는 프로젝트에 시간과 기술을 투여할 수 있게 해준다. 네트워크의 허브는 <엔스파이럴 재단>(Enspiral Foundation Limited)인데, 이 재단은 공동 자산을 보유하고 구성원들 및 관련된 회사들 사이의 상호작용을 촉진한다. <엔스파이럴>은 여러 나라에 있는 300명 이상의 사람들과 22개의 다양한 벤처기업들을 포함하는 분산된 지도관계를 계속 실험하는 중이다. <엔스파이럴>에 관여하는 사람들 가운데 반 이상이 웰링턴에 근거지를 두고 있으며 나머지 사람들은 호주, 북미, 아시아, 유럽 지역에 분산되어 있다.

효율적이지만 <엔스파이럴>은 쉽게 복제될 수 있는 단순한 ‘오려 붙이기’ 모델이 아니다. 연계된 목적의식을 통해 아래로부터 유기적으로 자라나고 있는 단체들의 잠

재력을 입증하는 일단의 공유된 도구들 및 실행사례들이다. <엔스파이럴>은 특정 상황에서 발휘되는 강점들을 제고하기 위해 하이퍼로컬한[hyperlocal, 구체적 공동체의 관심사와 긴밀하게 연관된—옮긴이]활동들에 집중하고, 공동체가 함께 배울 수 있도록 우수 사례를 공유하는 것을 강조하며, 다른 사람들에 의해 사용되고 응용될 수 있는 오픈소스 도구를 만드는 플랫폼을 갖추고 있다. 아마도 가장 중요한 것은, 가치를 공유하는 단체들이 ' 상호성 우선 ' 의 정신을 가지고 사회적 연대의 맥락 속에서 자원을 구축하고 공유할 수 있다는 것을 <엔스파이럴>이 증명하는 것이다. — 대런 샤프(Darren Sharp)

9. 키시너우 시민 센터: 공터가 공동체 모임을 위한 공원으로 탈바꿈하다

한때 몰도바의 키시너우(Chisinau) 시에는 삼각형 모양의 방치된 땅이 있었다. 자동차들이 늘 그 위를 지나갔다. 몇몇 사람들은 이곳에 쓰레기와 건축 잔여물을 버렸다. 지금 이 장소는 <키시너우 시민 센터>(Chisinau Civic Center)로 알려진 활기 넘치는 공적 공간이 되었다. 지역의 비정부기구(NGO)인 <오베를리트 협회>(Oberliht Association)가 이 땅을 변형하기 시작했고 지역 당국뿐만 아니라 예술가들, 건축가들, 과학자들, 학생들 그리고 지역 주민들이 여기에 함께했다. 맨 처음에는 인근 주민들을 공원 복원에 참여시킬 방법으로 공원에 공동야유회가 열렸다. 그 다음으로 행사 조직자들은 인근 주민들의 도움으로 공원 한가운데에 나무로 된 플랫폼을 설치했다. 그 결과 <시민센터>는 아이들을 위한 놀이 공간이자 지역 주민들의 모임이나 영화 상영, 게임, 전시, 공연을 위한 장소가 되었다. — 캣 존슨(Cat Johnson)

10. 리페어 카페 재단이 물건들을 고침으로써 공동체를 구축하다

2009년에 포스트마(Martine Postma)는 네덜란드 암스테르담에서 환경에 좋은 일을 하고자, 그리고 지역 사회 안에서 사회적 소통을 구축하고자 최초의 <리페어 카페>(The Repair Café)를 조직했다. <리페어 카페>는 물건을 고치는 기술이 있는 사람들과 고칠 물건이 있는 지역 주민들을 한 달에 한 번 동네의 편리한 장소에서 연결해 주었다. 수리 전문가들은 주민들과 지식을 공유했고, 주민들은 지역 사회의 작은 도움이 있다면 물건을 얼마든지 고칠 수 있고 수리가 그렇게 어려운 일만은 아니라는 것을 알게 되었다. 사람들은 망가진 물건을 대체하기 위해 새 물건을 구매하는 대신에 기존의 물건을 수리하는 것이 가져다주는 가치를 직접 경험하게 되었다. — 대런 샤프(Darren Sharp)

♣