

“매력적인 나주에서 건강한 빵 만들어요”

혁신도시에 빵집 '브레드플러스' 연 탐모델 박돌선씨

2년 전 친구 만나러 왔다가 '캐나다' 같은 분위기에 반해 정착 “젊은이들 이주 적극 추천...이주민 여성·탈북민 창업 도울 것”

1998년 SBS 슈퍼엘리트 모델 선발대회에서 1위를 차지하며 20년 동안 활발한 활동을 해 왔던 탐모델 박돌선(50)씨. 그가 동네 빵집 사장으로 변신했다. 현재 나주 혁신도시 스마트시티 내의 작은 베이커리를 열고 직접 빵을 만드는 박 대표를 그가 운영하는 '브레드플러스'에서 만났다.

박 대표는 “브레드 플러스는 ‘빵 이상의 어떤 것’이라는 뜻으로 단순한 빵을 넘어 다른 사람들의 삶에 유익함을 주는 곳”이라고 소개했다. ‘1인 빵가게를 운영하는 게 꿈’이었다는 그는 작은 공간이지만 나에게도 유익하고, 다른 이들에게도 건강함을 선사할 수 있는 공간이 되면 좋겠다고 했다.

지난 7월 빵가게를 오픈한 그는 2년 전 친구 복희 씨를 만나러 왔다가 나주에 반했다. 그가 본 나주는 로컬 푸드가 발달하고, 산책할 호수가 있으며 서울과 친정인 마산을 오가는 교통이 편리해 매력적이었다. 코로나 시기 머물렀던 캐나다의 가족적인 분위기를 느낄 수 있는 혁신도시를 보며 이곳에서 살고 싶어졌다. 건강한 빵을 만들고 싶었던 그는 “나주는 중·고등학교에서 최초로 유기농 급식을 시작해 시스템이 잘 갖춰져있고, 작년부터 빵을 만드는 쌀을 생산하기 시작했다”며 “미래를 준비하는 젊은 친구들에게 나주를 추천하고 싶다”고 말했다.

박 대표는 7년 전 취미로 빵을 배우며 자격증을 따고, ‘천연 발효증’을 공부했다. 이후 캐나다 이민

을 갈 생각으로 경기도 이천의 한 베이커리에서 직장생활을 하며 본격적으로 빵을 만드는 일을 배웠다. 2019년 캐나다로 떠난 그는 천연 발효를 이용한 빵가게와 건강식품회사에서 일하며 건강한 음식에 관심을 키웠다.

“우리는 빵을 먹으면 몸에 안 좋을 거라고 생각하잖아요. 그런데 캐나다에서 외국인들이 왜 빵을 먹고 건강한지 이해하게 됐어요. 밀 생산국이기 때문에 메밀 상태가 정말 좋고, 설탕과 버터 등이 들어가지 않은 차원이 다른 빵이었어요. 건강한 빵을 만들어 사람들에게 제공하고 싶다는 꿈을 꾸기 시작했습니다.”

친구 이름을 따 만든 ‘보카빵’은 최상급 밀로 48시간 동안 숙성시키고 씨앗을 듬뿍 넣어 만든 단백질 빵이다. 곡류의 고소함으로 완성시킨 이 빵은 암환자와 당뇨를 가진 이들도 먹을 수 있어 인기다. 브레드플러스는 식이섬유를 가득 넣은 파이바빵, 아이들을 위한 모닝빵, 단호박 무화과 잼빵과 치아바타, 유산균종 크림치즈를 가득 넣은 바스크 치즈 케이크 등 천연 발효종을 이용한 빵 15종을 선보이고 있다. 이번달에는 크리스마스 시즌을 맞아 슈틀렌드 준비중이다. 박 대표는 위염으로 빵을 잘 못았기 때문에 ‘숙성’과 ‘발효’에 더 집중했다. 그는 암환자와 어르신들이 자신이 만든 빵을 사갈 때, 유치원 아이들이 꼭꼭빵을 잘 먹을 때 가장 뿌듯했다.

“빵을 만드는 과정이 힘들지만 정말 건강해요. 우선 성실하고 정결해야 하고요. 직접 만들었을 때 구조물이 나오는 행복감, 빵이 잘 만들어졌을 때와 아닐 때의 그 변화감이 매력적이고요. 또 빵가게에 오면 기분이 좋아서 공간이 주는 탁월함이 있죠.”

‘건강’과 ‘유익함’은 모델로 살면서 느끼지 못했던 영역이었다. 모델로 활동하며 경쟁하고 스트레스를 받았던 시기보다 15kg이 찌지만 더 행복하다는 그는 “모델 박돌선 말고 그냥 나 자체로 삶을 살 수 있는 기제를 캐나다와 빵을 통해 얻었다”고 했다.

박 대표는 시니어모델 강의와 최근 시작한 건강 교양 프로그램 출연으로 서울을 오가는 것 외에 주 5-6일은 나주에 거주한다. 광주에서 패션 일도 계획하고 있으며 그가 만든 빵으로 온라인 창업도 준비 중이다. 그는 “살빵과 천연 발효종으로 만든 빵은 다음날이 더 맛있기 때문에 온라인 상품으로 제격이다”며 “매장은 작지만 온라인 판매로 확장할 수 있기 때문에 나주 공방에 안착했다”고 했다. 앞으로 직접 로스팅한 커피와 젤라토를 선보일 생각에 설레는 그는 “건강’에 있어서는 까다롭게 선택해 정직함으로 승부하고 싶다고 자신감을 보였다.

“이들은 반죽하고, 3일은 빵을 판매하고, 하고 싶



나주혁신도시에 베이커리 '브레드플러스'를 열고 건강한 빵을 만드는 탐모델 박돌선씨. <박돌선씨 제공>

은 일들을 하며 서울에서 생활할 때처럼 바쁘지만 자신감 넘치는 하루를 살고 있어요. 다른 사람들에게 건강함을 전하고 함께 성장할 수 있는 힘을 주고 싶어요. 이민 경험으로 이주민 여성과 탈북민들에게도 1인 빵 가게를 할 수 있는 기회를 주고 싶습니다.”

박 대표는 3년 후에는 캐나다에도 빵가게를 열고 싶다고 웃어보였다. /양재희 기자 heestory@kwangju.co.kr

오늘의 날씨

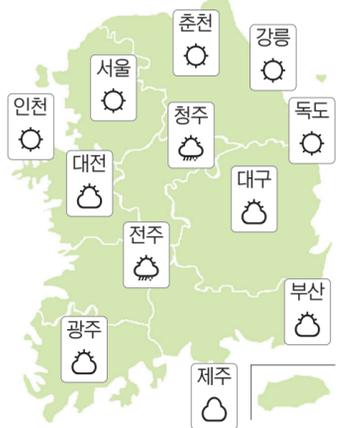
| | | | |
|-----|-------|-----|-------|
| 해돋이 | 07:25 | 달뜨기 | 10:14 |
| 해질 | 17:20 | 달지기 | 19:45 |

도로 살얼음 주의

찬 대륙고기압 영향으로 영하권 추위 보이겠다.

| | | | | | |
|----|------|-------|-----|-------|------|
| 광주 | 구름많음 | 0/8 | 보성 | 구름많음 | -1/8 |
| 목포 | 흐림 | 3/9 | 순천 | 구름많음 | 1/10 |
| 여수 | 구름많음 | 3/10 | 영광 | 흐림 | 1/8 |
| 나주 | 흐림 | 0/9 | 진도 | 구름많음 | 3/10 |
| 완도 | 구름많음 | 2/11 | 전주 | 비또는 눈 | 1/7 |
| 구례 | 구름많음 | -1/9 | 군산 | 비또는 눈 | 1/7 |
| 강진 | 흐림 | -1/10 | 남원 | 비또는 눈 | -2/7 |
| 해남 | 흐림 | 0/10 | 혁신도 | 구름많음 | 7/11 |
| 장성 | 흐림 | -1/8 | | | |

◇전국 날씨



◇바다 날씨

| | | 오전 | | 오후 | |
|------|--------|---------|---------|---------|---------|
| | | 파고 (m) | 파고 (m) | 파고 (m) | 파고 (m) |
| 서해남부 | 앞바다 | 0.5~1.0 | 0.5~1.0 | 0.5~1.0 | 0.5~1.0 |
| | 면바다(북) | 0.5~1.5 | 0.5~1.5 | 0.5~1.5 | 0.5~1.5 |
| 남해서부 | 앞바다 | 0.5~1.0 | 0.5~1.0 | 0.5~1.0 | 0.5~1.0 |
| | 면바다(서) | 0.5~2.0 | 0.5~1.0 | 0.5~1.0 | 0.5~1.5 |
| | 면바다(동) | 0.5~1.5 | 0.5~1.5 | | |

◇물때

| 목포 | 간조 | | 만조 | |
|----|-------|-------|-------|-------|
| | 08:48 | 03:30 | 21:36 | 16:21 |
| 여수 | 04:11 | | 10:58 | |
| | 17:07 | | 22:54 | |

◇생활지수

| | |
|------|----|
| 미세먼지 | 좋음 |
|------|----|

◇주간 날씨

| 5(목) | 6(금) | 7(토) |
|------|------|-------|
| | | |
| 2/11 | 4/11 | 0/6 |
| 8(일) | 9(월) | 10(화) |
| | | |
| 0/8 | 1/9 | 3/10 |



광주전남아스콘공업협동조합, 사랑의열매에 2천만원 기부

광주전남아스콘공업협동조합(이사장 임경준)이 광주·전남 사회복지공동모금회에 성금 1000만 원씩 총 2000만 원을 기부했다. (사진) 광주전남아스콘공업협동조합 사무실에서 진행된 전달식에는 임경준 이사장, 박흥철 광주 사랑의열매 사무처장, 김동국 전남 사랑의열매 사무처장

등이 참석했다. 한편, 건설공사의 주요 자재인 아스콘을 제조하는 기업들이 모인 광주전남아스콘공업협동조합은 2020년부터 매년 광주·전남 사랑의열매에 성금을 기탁해 지역사회 공헌을 꾸준히 실천하고 있다. /양재희 기자 heestory@kwangju.co.kr



라마다플라자 광주호텔 김대원 회장 전남대병원에 5천만원

라마다플라자 광주호텔 김대원 회장이 전남대학교병원에 발전후원금 5000만 원을 기탁했다. (사진) 지난 2일 전남대병원 행정동 접견실에서 정 신병원장과 김대원 회장 등 병원 관계자가 참석한 가운데 발전후원금 전달식이 열렸다.

김 회장은 광주·전남 사회복지공동모금회에 1억 7000만 원, 동신대학교 장학기금으로 2000만 원, 무료 급식소 운영을 위한 쌀 400여포 전달 등 지역 사회의 발전과 취약계층을 위한 다양한 활동을 펼쳐오고 있다. /김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

고재용 조선대병원 안과 교수 ‘태준 안과 봉사상’



고재용(사진) 조선대병원 안과 교수가 제132회 대한안과학회 추계학술대회에서 ‘태준 안과 봉사상’을 수상했다. 고재용 교수는 조선대학교병원 안과 교수로 재직하면서 지난 2015년부터 현재까지 한국실명예방재단 본부장으로 국내 미취학 아동 조기 눈검진·노인실명예방 사업에 적극 참여한 점과 지난 2019년 산업통상자원부 안과광학의료기기개발지원 사업에 선정돼 국내 안과 의료가기 협력 네트워크 구축을 통한 연구·개발을 활성화 하는데 기여한 공로를 인정받아 수상의 영예를 안았다. /김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

김진철 KT 전남전북광역본부장 취임



KT 전남전북광역본부 신임 본부장으로 김진철(사진) 본부장이 지난 2일 취임하고 본격적인 업무에 들어갔다. 전북 부안 출신인 김 본부장은 1998년 KT에 입사해 KT 충남충북고객본부 영업 기획담당, kt m&s 영업총괄, KT 전남전북고객본부장을 역임했다. 이후 성과를 인정받아 전남·전북·제주 지역의 고객본부, 법인과고객본부, NW운용본부를 총괄하는 전남전북광역본부장으로 부임했다. 김 본부장은 “통신기술(CT) 역량에 IT와 AI를 융합한 ‘AICT 컴퍼니’로서 신뢰 받는 기업을 만들어 나가겠다”고 말했다. /양재희 기자 heestory@

생활 게시판

여러분의 생활정보를 실어드립니다. opinion@kwangju.co.kr이나 광주광역시 동구 금남로 224 SC제일은행 빌딩 9층 광주일보 생활게시판 담당자요로 보내주시기 바랍니다. TEL 062-220-0631 FAX 062-222-4918

화촉

▲진명선·김옥임씨 장남 현호(부안해양경찰서 수사과)군, 박천재·정경자씨 장녀 운형(부안해양경찰서 해양안전과)양·7일 (토) 오후 1시 광주 광산구 메리포엠웨딩홀 지하1층 메이에르홀

알림

▲광주 북구민을 위한 개인 무료 법률상담소=기초 생활수급자, 조손가정, 저소득층, 영세민, 고도소복역자, 사회취약계층자 무료상담 010-6444-8572. ▲광주시·전남도 재난심리회복지원센터 무료 상담=코로나19 등 각종 재난으로 심리지원을 위한 무료상담 1670-9512. ▲보호처분 또는 형사처분 받은 대상자 ‘허그일자리’ 무료 취업프로그램 신청=취업상담, 직업훈련, 일자리알선, 취업교통비 지원 등 취업지원 및 긴급원호, 숙식제공, 주거지원 등 자립지원 신청 접

수, 한국법무보호복지공단 광주전남지부 062-513-9936. ▲청소년전화 062-1388=광주시청소년상담복지센터 24시간 전화상담. ▲일가정양립지원본부 무료 상담=가정 폭력, 성폭력, 성매매 등 상담. 국번없이 1366. 휴대전화를 사용할 경우 062-1366. ▲광주시노인보호전문기관 24시간 노인학대 상담, 학대피해노인전용쉼터, 노인학대 신고-연계는 노인학대로 힘들어 하고 계신 분들, 노인학대를 목격하시거나 알게 되신 분들은 망설이지 마시고 노인보호전문기관으로 연락주세요 연중무휴, 24시간 전화상담 1577-1389. ▲광주북구중독관리센터 무료 상담&주간프로그램 운영=알코올, 인터넷, 도박, 약물로 인해 어려움을 겪고 있는 분들 대상 062-526-3370. ▲북구열린마음 상담센터 무료상담=정신건강&중독 무료상담(음주·우울·불안·스트레스·치매·인터넷) 지역주민 누구나 참여가능 062-526-3370.

▲지적장애인 성인 주·야간보호 서비스 실시=월~금 오후 5~9시 사랑모아 주간보호센터 062-385-0422. ▲지역주민의 정신건강을 위한 열린 마음 상담센터=북구지역 5개 아파트 단지 내 지역주민의 정신건강을 위한 무료 상담소(우울, 불안, 차매, 스트레스, 알코올, 흡연, 약물, 도박, 인터넷 등) 062-525-1195. ▲지역아동센터광주지원단 방과 후 돌봄 이용안내=방과후 돌봄이 필요한 아동을 위한 보호·교육·정서지원·문화체험·식식제공 등 다양한 서비스 제공 062-522-9976. ▲전남사회복지협의회 법률서비스 ‘법률콜센터’ 무료 상담=민사·형사 소송 이전 법률상담과 법교육, 조력기관 연계 등 1차 법률서비스 지원 월~금 오전 10시~오후 5시 061-285-1161. ▲아동일시보호 상담=미혼부모아동, 결혼가정 아동, 경제적 사정, 아동 학대 등 양육환경에 어려움이 있는 3세미만의 아동들이 안정된 환경에서 성장할 수 있도록 입소상담, 광주영아일시보호소

222-1095,1096. ▲빛고을아동보호전문기관=학대피해아동, 피해아동의 가족 및 아동학대행위자를 위한 상담·치료 및 교육, 가정의 사후관리, 일상생활지원 등 다양한 서비스 제공 062-675-1391.(아동학대 신고전화 112) 모집 ▲초록우산 어린이재단 광주가정위탁지원센터 위탁부모=부모 사망, 이혼, 실직, 가출, 학대 등으로 친부모와 살 수 없는 아이들을 일정 기간 위탁할 인원 상담 062-351-1206. ▲플랫폼창업희망자 교육생 모집=스마트폰 사용 가능자 수시모집, 5-6명 이면 개강, 광주대성초등학교 건너편, 플랫폼창업동호회 062-511-0030. ▲산청동 보은사 목련합창단 단원모집=성악 또는 찬불가 배우기에 관심이 있는 일반인 남녀, 매주 수요일 오후 1시 정기연습, 산청동 대광로제비마을

파트 후문 80미터 010-4622-7838. ▲정보기술분야 직업훈련생 모집=15세 이상 장애인 대상. 소프트웨어 개발 및 전산 사무행정. 교육기간 1년. 교육비 무료. 훈련수당 지급. 전남직업능력개발원 061-320-7024. ▲시니어플래너지도사(자격반) 모집=사·군·구 지부모집, 한국치매예방교육원 광주전남지사 010-5522-9700. ▲사회공헌활동 기부은행 돌봄봉사자 모집=어르신 돌봄봉사자 모집, 만 13세 이상 가능, 동구노인종합복지관 062-232-4953. ▲꿈을 듣는 사람들(광주학당)=한글, 기초반, 초등반, 중등반, 영어기초반, 한문, 컴퓨터 등 수시모집(무료강의), 서방시장 안쪽 관리사무소 옆 062-512-5788, 062-262-1542. ▲시립산수도서관 생활문화동아리 한글 서예반 회원모집=한문서예·문인화·한글서예 동아리 ‘서사모’ 2005년도 창립, 매주 화요일 4-6시, 회비 무료 010-3636-6410