

抢着去发呆，白领午休草坪“火了”

设计师：专门研究了人体工学，就是为了让大家都舒舒服服

阶的高度在500毫米左右，宽度则在1050毫米左右，这些都是通过反复设计得出来的最舒服的尺寸。“我们就是问题解决思路，如果再高的话水土容易流失掉，目前这个高度已经是极限，就是为了让大家都舒舒服服。”

随着汹涌的社交媒体传播，这块草坪一夜之间成为了“网红”，来自全国各地的网友也纷纷喊话“求复制推广”。那么，这样的设计是否可以被复制呢？

对此，葛力源回应道，当时是带着问题解决思路设计而成的，但是随着“公园20分钟效应”的日渐火爆，越来越多的市民也有了想要拥有这样一片草地的愿望，在他看来，这样的模式是可以实现复制的。

看到眼前热闹的草坪，葛力源欣慰地说了一句：“能给大家带来片刻的情绪价值就是有用的设计。”

多方协力推进的“徐汇探索”

记者查询发现，这片草坪的管理方为西岸活力谷，是橙狮体育和西岸集团共建的一个都市运动空间。那么，在寸土寸金的徐汇区，为何会出现这样一个免费的草坪？

记者检索上海徐汇区人民政府官网发现，西岸活力谷的前身是一个空置空间，之前是一个闲置草地。由于四周绿化良好，这块原本缺乏特色的下沉广场，对周边人群缺乏足够吸引力，特别是穿高跟鞋的女性白领，不愿意专门下楼梯去散步、休息。

经过52天的升级改造，一个充满潮流运动气息的“运动新空间”横空出世。在这里，周边白领、居民可以深度参与运动体验，更便捷、专业参与健身；这里也融合街头运动、体育智能、潮流内涵、艺术展示等，打造运动文化聚集地，践行人民城市重要理念，提升区域环境品质、公共服务能级。这片“体育新空间”从无到有，背后是多方协力推进的“徐汇探索”。

正如现场一位市民所言，来这块草坪的很多人，都体验到“不花钱的快乐”。什么事情也不用做，就躺在这里发呆。今年年初的上海两会上，市人大代表姜微曾提到一个很有意思的词：“发呆经济”，她表示，类似于徐汇区的一些网红街区、热门打卡地，不仅要有看头，也要有赚头，不仅要有打卡的流量，也要有真金白银的流量。

西岸集团相关负责人表示，接下来，西岸还将结合文、商、旅、体多业态融合发展趋势，深化区域内体育产业布局，全力打造体育健身休闲带动的“徐汇范式”，积极助力上海建设“全球著名体育城市”，为“最透气的水岸”增添活力能量与生活温度。

会不会有更多类似草坪？

未来，公园、街头绿地会不会有类似更适躺的草坪？上海园林设计总院设计师李肖琼表示，从设计角度和人体工学角度，并不是说常见的斜坡式草坪一定不舒服，具体要看现场地形来进行设计。

她介绍，草坪的斜坡角度要比较平缓，如果太陡，人坐或者躺上面就会感觉前倾，不舒服。此外，过于陡的斜坡还有一个弊端，下大雨时，雨水容易冲刷掉表层泥土，造成植被根系裸露，可能还会发生塌方。

据了解，斜坡和水平面的夹角，专业术语叫“土壤安息角”，是确保工程稳定的一个重要参数。“推测徐汇的草坪如果做成一个斜坡，可能太陡了，所以设计成现在的形状。”

随着人流量的剧增，有一些网友开始担心，草坪是否会不堪重负受到一些损害？还有网友发文表示，遮阳伞长时间这样躺着，草坪是否可能很快就秃了？

李肖琼也提醒说，由于现在徐汇这块草坪成了网红，前来午休的上班族有增多的趋势，对草坪的踩踏势必增加，需要加强养护，否则会出现斑秃的情况。

对此，葛力源表示，目前确实对草坪的生态有一定的影响，于是，人流量激增以后他们就紧急联系了西岸集团，目前正在商量对策。“我们当时设计的时候希望这片草坪是被动养护式的，也就是只需要雨水浇灌即可，不需要人工养护，但现在我们也在考虑是否需要人工养护的介入，让草坪的状态更具可持续性。”

西岸活力谷相关工作人员表示，他们正在收集市民所反映的一些集中问题，商讨优化举措，也包括便民举措。接下来橙狮体育将在活力谷球场的党群工作室装配自动售货机，方便来草坪午休的市民购买。此外，他们还增加了提示牌，提醒来此休息的市民游客，注意爱护绿地，不要乱扔垃圾。



“只要天气好，我每天中午都开车过来，和先生一起午餐，然后一起在这片草坪上躺一会。”昨天中午，最近走红社交平台的徐汇云锦路地铁站附近草坪上，市民辛女士和老公栾先生正躺着午休。放眼望去，草坪上躺了二三十位正在午休的白领。

“这块草坪建成应该好多年了，最近有人发了社交平台火了以后，来躺的人越来越多，有时候来晚了还找不到好的位置。”一名午休的白领表示。

来这里躺的人越来越多

从地铁11号线云锦路站5号口出来，向前走两三分钟就可见到最近火出圈的“网红”草坪。这块狭长形、呈阶梯状的草坪是一处商圈的配套绿化。因为躺着舒服，社交平台上不少人称之为符合“人体工学”的草坪。

正是午休时间，记者看到，陆续前来草坪上午休的白领不少，最多的时候大约有二三十名，而据现场的白领说，这还不是人最多的时候，“4月份天气最舒服的时候，躺满了人，来晚了还找不到合适的位置。”

辛女士和栾先生夫妇属于较早开始在这片草坪上午休的人。“公司今年年初搬到了旁边写字楼，然后我发现这片草坪挺适合午休的，无论是坐着，还是躺着，都挺舒服的。”栾先生介绍，从3月开始，天气转暖，在草坪上午休的人就开始多起来，4月是最舒服的时候，现在5月其实有点热了，接下去到6月的话，可能就会太晒了，估计不适宜长时间在此午休了。

辛女士的上班地点刚好也在附近，天气晴好的中午，她会开车过来，和先生一起午餐，然后在草坪上躺着休息，“开车过来也就10分钟，所以每天我们基本上都一起午休。以前在草坪上午休的人还不多，有人把照片发在社交平台之后，来躺的人就越来越多。”

加班补觉，睡草坪更接地气

不远处，周先生独自一人躺着，刚从上一个打盹中醒来，“我一般从下午1点睡到2点，最近工作太忙了，经常加班，中午一定要补觉。”

原来，周先生就职的公司最近为了电商平台大促销活动时常加班，有时凌晨才下班，“我们公司是今年才搬到这里写字楼的，之前在大宁那里，附近有大宁公园，但是找不到适合躺下来睡觉的草坪，所以我一般找一个合适的室内场所午睡。搬到这里以后，也去室内场所午睡过，但后来看到很多人在这块草坪上午休，我也尝试了一下，觉得不错，蓝天白云，有阳光的日子，晒在身上暖暖的，很接地气。”

唐小姐则和两位同事一起在草坪上午休，“我们公司是4月底才搬到这里办公的，比起那些在这里躺了几个月的‘元老’，我们属于新人，吹着微风，晒晒太阳，看看蓝天白云，还挺舒服的。”

唐小姐告诉记者，在之前办公的园区，他们中午都不出去吃饭，而是叫外卖，因为周边没什么好逛的，“以前在办公室吃完午饭之后，大家就趴在桌子上休息一会。搬来这里后，最初是一家餐厅打卡，然后散步，到处逛，熟悉环境，现在逛得也差不多了，该停下脚步休息了，发现大家都在这块草坪上休息，我们也就坐下来休息，累了就躺下来，现在来了有三四吧，真挺不错的。”

记者注意到，因为草坪周边都是写字楼，所以，像这种同事集体在草坪午休的情况最多，有的准备了垫子，各自闷头大睡；有的是聊天，聊生活、兴趣爱好，就是不聊工作，暂时放空、放松；有的是各自刷手机。

草坪7年前就已建成

就在晨报记者与市民们深度体验这片草坪带来的快乐时，很多人有所不知的是，该草坪的设计师之一葛力源也在现场“躺着”。

葛力源自海外设计事务所Sasaki公司，这片爆火出圈的草坪就是他们公司参与设计的。他告诉记者，这里7年前就已经建成。除了这块草坪以外，周围的徐家汇跑道公园等设施也是他们的作品。看着自己和团队设计的作品如今爆火出圈，他笑言“感觉家长看着自己孩子拿奖了一样快乐”。

在社交媒体上，不少网友都形容这片草坪很符合人体工学，夸奖设计师一定是个“鬼才”。那么当初在设计时是否真的考量过人体工学方面的数据呢？对此，葛力源表示，其实草坪一开始设计的台阶是直的，但考虑到观众坐上去会不舒服，他们团队专门去研究了人体工学，发现110°的角度是最舒服的设计，于是就做成了如同海边躺椅一样的设计。

此外，葛力源透露，草坪的高度和宽度也是有讲究的。台



Sasaki设计的这个草坪绝了

上海打工人的天选草坪火了！

刘天天天 2天前

171

新闻晨报 昨天 17:57

75

文/晨报记者 郁文艳 晨报首席记者 牛强 实习生 蔡嘉丽 图/晨报记者 郁文艳