

85万居民告别“缺绿少园”

一座公园撬动北京昌平全域更新提质

■中国城市报记者 巩静

5月13日至17日,2026年ITF国际网球大师赛MT400“尚东杯”·北京昌平站在北京市昌平区东小口镇上东体育中心举办。赛事依托奥北森林公园生态优势,打造“森林里的网球场”,为选手与观众带来自然与运动相融的沉浸式体验。

今年“五一”假期,这里更是京北热门打卡地。北京交响乐团“奥北星河森林音乐会”在此上演,交响乐走出剧场与绿意相融,让周边居民在家门口尽享殿堂级文化盛宴。这正是奥北森林公园2026年提质升级、撬动昌平城市更新的生动缩影。

这座从废弃高尔夫球场、拆违腾退地改造而成的城市“绿肺”,以14平方公里生态版图,破解了回天地区85万居民“缺绿少园”的民生痛点;更以生态更新为突破口,撬动昌平全域更新提质,成为平原新城践行“生态优先、民生为本”理念、紧跟北京花园城市建设热潮的鲜活注脚,成为首都平原新城从“增量扩张”向“内涵提质”转型的真实写照。

“睡城”短板倒逼转型 城市更新以生态破局

回天地区作为北京市的超大型居住社区,85万居民长期受“睡城”困扰,“缺绿少园”是最突出的民生痛点。此前,居民想享受高品质休闲空间,需驱车7公里前往奥林匹克森林公园,日常休闲只能局限于社区狭小区域。

“以前周末带孩子出门很犯愁,家附近没有大公园,只能在小区里遛弯,孩子总说没地方撒欢。”家住昌平区龙锦苑的陈女士在奥北森林公园二期游玩时说,“那时候就盼着家附近有个大公园,既能休闲又能遛娃。没想到现在不仅实现了,还能在家门口听交响乐。”

据介绍,奥北森林公园原址包含废弃高尔夫球场,遗留大量建筑垃圾,地表裸露、异味明显,还存在林地碎片化、水系不畅、入侵物种滋生等问题,与周边绿色空间脱节。

“这片区域曾是居民‘心头病’,闲置多年,既浪费资源又极不美观。”昌平区园林绿化局相关负责人表示,当时昌平区面临生态空间不足、低效空间闲置的双重难题,奥北森林公园的规划建设成为破局关键,“我们要让‘沉睡’的土地焕发新机,同时补齐民生短板。”

随着2026年北京全面推进花园城市建设,昌平区锚定

“国际一流现代化新城”目标,亟须以生态赋能推动城市从“居住型”向“宜居型”转型。

在此背景下,已建成开放的奥北森林公园被赋予新的使命。依托国家城市更新与公园城市建设顶层设计,以及昌平区“十五五”规划纲要、第三轮回天行动计划支持,奥北森林公园正从“生态治理样本”升级为“民生服务枢纽”,成为探索超大社区生态价值转化的核心实践。

不同于普通城市公园,奥北森林公园自规划之初就承担着多重使命。作为昌平区生态修复与城市更新融合的示范项目,它既是改善人居环境、服务回天居民的重要民生工程,也是串联区域绿色空间、贯通北中轴生态廊道的关键枢纽。它的建设,不仅是一次简单的生态复绿,更是昌平区探索“生态+更新”模式的重要实践。

从昔日闲置到今日绿肺 重塑超大社区人居新场景

走进奥北森林公园,很难想象这片绿意盎然的空间,几年前还是一片荒芜。2019年昌平区启动拆违腾退,2022年底一期开园,2023年底二期建成并于同年10月试运营,2025年三期投用……历经多年打磨,奥北森林公园实现了从“生态短板”到“城市绿肺”的华丽转身,背后是科学系统的生态实践与模式创新。

针对废弃高尔夫球场的土壤问题,团队专门立项开展土壤改良,通过添加腐殖土、有机肥等方式改善种植条件、恢复肥力,替换火炬树等入侵物种,种植乡土树种,构建多样化植物群落;同时,对场地内建筑垃圾进行无害化处理再利用,打

通水系堵点,缝合零散绿地。

今年改造后生态成效全面显现,14平方公里生态网络成型,涵盖奥北十园;42公里绿道启动改造,串联奥北十园,实现“一次出行、多园体验”;公园年固碳422.8吨,成为“天然氧吧”,助力昌平区PM2.5年均浓度降至24.5微克/立方米。

同时,奥北森林公园坚持“全龄友好”理念,紧跟花园城市“普惠共享”导向,精准对接居民需求。二期打造约12个足球场、11个篮球场等运动场地,缓解户外运动场地短缺难题。三期“童趣森林”搭配无动力设施,将科普融入跑道;健身步道与康养森林贯穿全园,配套森林书吧、园艺驿站及各类健身器材,丰富休闲体验。

“现在出门步行10分钟就到公园。孩子能在童趣森林玩,家长能散步,一家人都能得到放松,太贴心了。”家住天通苑的王女士道出了周边居民的心声。数据显示,奥北森林公园二期日均接待游客超5000人次,周末活动高峰时单日可达数万人次,已成为回天居民休闲首选。

“五一”假期组织的“奥北星河森林音乐会”,更成为京北文旅热点。北京交响乐团将交响乐搬到森林草坪,实现沉浸式传播。“我们想打破音乐厅壁垒,让交响乐走进百姓生活。奥北森林公园这样的生态空间就是最好的载体。”昌平区东小口镇政府相关负责人表示。

该负责人介绍:“后续将持续开展‘春风十里·奥北等你’等不同主题的‘国风北中轴·花园东小口’系列活动,推动‘公园+文旅商体’常态化。每个周末奥北森林公园都将举办包括音乐会在内的一系列的活动,将中轴线文脉与花园城市理念植

入日常,让森林音乐会、体育赛事等成为有温度的诗意场景。”

一园探索带动全域更新 “一半森林一半城”成为实景

昌平区东小口镇政府相关负责人表示,东小口以POD(公园为导向的开发)为核心路径,锚定“复绿成林、织绿成锦、点绿成金、环绿成城”的总体目标,让废弃腾退闲置地块涅槃为绿肺,构建起串联区域发展、回应民生期盼的活力生活圈,完成从“缺绿少园”到“万绿环绕”的跃升。POD不仅推动城市更新从“补短板”走向“优品质”,更探索出一条生态优先、文化赋能、产业融合的高质量发展新路,成为第三轮回天行动从“有没有”向“好不好”转变、首都花园城市在基层落地的生动注脚。

作为回天地区生态更新的重要试点,奥北森林公园的探索经验,正逐步向北中轴延长线及回天全域延伸,推动“公园+社区+产业”融合发展,助力北京花园城市建设。

奥北模式的示范效应,首先体现在低效空间生态化改造的复制推广上。昌平区以奥北森林公园为标杆,将“拆违腾退—生态修复—功能植入”的闭环路径,应用于沙河、东小口等区域的城市更新中,推进低效空间生态化改造和留白增绿工作。在沙河片区,参照奥北模式,推进郊野公园建设,打造连片成带、功能互补的公园集群。在东小口片区,依托奥北十园的联动优势,推进东小口森林公园、东小口城市休闲公园等升级改造,通过绿道串联、功能互补,实现生态空间的连贯衔接和功能互补,进一步完善区域生态网络。

昌平区园林绿化局相关负责人表示,奥北森林公园的成功,让我们看到了低效空间生态化改造的巨大潜力,我们希望通过这种以点带面、示范引领的方式,让更多闲置空间变成生态空间、民生空间,让花园城市建设的理念落地生根。

与此同时,奥北森林公园的示范效应正与昌平区其他重点更新项目形成呼应。在老城更新方面,永安古城通过三角地公园、滨水廊道等节点打造城市绿洲,实现历史文脉传承与生态环境提升的协同;在产业更新方面,沙河未来智造港依托“三河两桥”生态资源,打造“水韵科创枢纽”,推动产城融合;在民生更新方面,昌平区“十四五”时期推进203个老旧小区改造,通过织补式更新完善社区公共服务配套,让更多居民共享城市发展成果。

目前,昌平区正将生态治理经验融入城市更新体系,编制优秀项目案例集,9个优秀案例被纳入市级政策工具箱,为全市城市更新工作提供“昌平样本”。同时,启动“十五五”城市更新规划编制,划定永安古城、南口站老城片区、沙河片区等十个更新组团,强化政策、资金、土地等资源统筹投放,以公共空间品质提升、基础设施补短板等项目为抓手,推动更新从“单点突破”向“成片联动”转变。

生态更新的持续推进,正让昌平区的城市品质发生显著变化。如今的昌平区,森林覆盖率达49.46%,居城市发展新区之首,人均公园绿地面积17.24平方米,公园绿地500米服务半径覆盖率达93.39%，“一半森林一半城”的生态画卷已然成型。良好的生态环境,正成为昌平区吸引人才、推动平原新城高质量发展的重要支撑。



北京: “漫游·雕塑公园” 公共艺术展亮相

近日,2026北京艺术季新板块“漫游·雕塑公园”公共艺术展在北京奥林匹克森林公园及亮马河沿岸亮相。15位中外艺术家的雕塑与装置作品融入城市核心区的自然景观与公共空间,打破传统美术馆的审视距离,将绿地与河岸变为可漫步、可阅读的无边界艺术展厅。图为在奥森公园展出的艺术作品。

中国城市报记者 全亚军摄