



卖家拖延过户 七旬老人陷房产困局

律师:换房建议将新旧房交易绑定

为了改善晚年生活,年已七旬的金大伯夫妇加入“换房大军”,却在付清房款搬入新家后,因卖家迟迟不配合办理过户陷入困境。新房无法过户、旧房户口无法迁出、卖房人不配合,面对这些问题,老年人该如何维权?

购房款已支付卖家却迟迟未解押过户

金大伯夫妇原先居住的小区建于上世纪末,没有安装电梯。随着时间推移,二人感到上下楼越来越吃力。为了住上电梯房,金大伯夫妇打算卖掉旧房子,换一套有电梯的新房住。于是,他们找到某中介处理先卖后买事宜。

通过中介,旧房子顺利卖掉,他们也买到了心仪的 new 房子。随后,金大伯夫妇将购房款全款支付进中介的监管账户等待房子过户。然而,到了约定的解押过户期限,中介却告知他们卖家不能按约履行,要协商一个延后的日期。

然而,新的履约期限已过,卖家依然无意履约,而此时卖家的银行贷款也已经到期,这令已经住进新房的金大伯夫妇忧心忡忡,担心房屋可能因为卖家的债务问题被银行处置。而且新房无法过户将会导致旧房户口无法迁出,他们与旧房买房人之间的合同也可能违约。

发函告知后果推动卖房人筹措资金

金大伯夫妇向律师咨询,这种情况是否有必要起诉卖房人?

律师分析后建议,可先给对方发函告知,若继



续拖延就解除合同并索赔,发函后若对方仍未行动就走诉讼流程。根据合同约定,若卖家坚持不解押过户,他们可以单方解除合同并向卖家索赔 20 余万元违约金,而卖家若筹措资金去解押过户,其获得购房款之后能还清银行贷款和其他债务。

律师帮助金大伯夫妇起草了一份告知函给中介和卖家,以法律规定和合同约定为依据告知其不配合办理过户的法律后果。卖房人收到告知函后,意识到问题的严重性,积极筹措资金配合完成了过户。

律师支招:建议“先卖后买”,将新旧房交易绑定

使用官方合同与资金监管。购买二手房时,使用当地省份存量房买卖合同示范文本,明确房屋基本信息、交易价格、付款方式和时间等,尤其需要明确过户时间和未按期过户的违约责任。凡房款采用监管支付方式的,买卖双方、房地产经纪机构和监管机构应另行签订房款监管协议,明确交易房款存取、转移条件及程序。

建议“先卖后买”,定金条款将新旧房交易绑定。若“先买后卖”,没有资金支付新房款项可能会面临高额违约金赔偿。即使选择“先买后卖”,也应在合同中预留至少 3 个月的缓冲期,以应对旧房未能如期售出的风险。更重要的是,在定金条款中注明“旧房成交后生效”,将新旧房交易绑定,降低风险。

据《浙江老年报》

掌握五种心态 你会越过越好

人生在世,心态很重要。人一生应具备 5 种黄金心态。

第一种心态:落子无悔 不要美化那条未选择的路,对过去不后悔,就是对当下最好的关注;接纳该接纳的,并承担选择的后果,就是人生在世该有的明智。

第二种心态:“归零”心态 把心清空,是为了卸下包袱、腾出空间,去接纳新的风景,奔赴新的征程。归零,就是在沉淀过往的基础上重新出发。

第三种心态:感恩心态 懂得感恩的人,才能懂得生活最美好之处,也能常与安然相伴。眼里装着温柔,心里盛满知足,才能看见岁月的善意;看淡得失,才能拥有一颗平常心。

第四种心态:习得性乐观 “习得性乐观”是根植于心的正向力量,深知人生的挫折不过是暂时的插曲,皆有其特定的成因,从不会成为人生的主旋律,更不会全盘否定自身的努力。不沉溺于一时的低谷,不被困境困住脚步,守住心底的乐观与笃定,便终能跨过荆棘,拨开迷雾,一路向阳。

第五种心态:合众心态 合众心态,是懂得敬畏集体的智慧,亦是心怀包容的格局。独行是匹夫之勇,而学会与人同行,才是人生的大格局所在。也许短暂的携手中偶有分歧,这让我们学会包容;也许同行之中会映照自己的不足,这是让我们学会自我观照……

据央视新闻



养生妙方

小寒后这菜使劲吃 一排痰、二通肠、三消食

小寒后,天是真的冷透了!寒风一吹,不少人就开始犯愁:喉咙里总卡着痰,咳不出来又咽不下去;天冷懒得动,肠胃也跟着“罢工”,积食腹胀还便秘;吃点热乎的补补,又怕消化不了上火……其实不用愁,咱们身边就有一款“小寒养生宝”——白萝卜!别看它平价常见,作用可一点不含糊,老辈人都说“冬吃萝卜夏吃姜,不用医生开药方”,尤其是小寒后吃,正好对症解决上面这些烦恼,一排痰、二通肠、三消食,帮你安稳过冬。

为啥小寒后,白萝卜最该吃?

冬季人体阳气向内收敛,腠理(皮肤毛孔)闭合,形成“外冷内热”的生理状态。此时人们偏好温补食物、热衷围炉取暖,更易在体内积聚热量,形成中医所说的“郁热”。这种内热常表现为口干舌燥、腹胀便秘、咽喉肿痛等“上火”症状。

白萝卜古称“莱菔”,恰好契合冬季养生需求。其性凉(生者偏寒,熟者偏平),味辛甘,入心、肺、胃经,《本草纲目》盛赞其“大下气、消谷和中、去邪热气”,宛如为体内“郁热”打开一扇通风窗,既能清热润燥,又不损伤冬季需养护的阴精,是天然的“冬季养阴食材”。

萝卜三大养生功效

1. 消食化积,理顺气机。

冬季人们食欲旺盛,活动减少,容易食积停滞。萝卜所含的芥子油能促进胃肠蠕动,化解积食。《日用本草》称其“熟食之,化痰消谷;生啖之,止渴宽中”。

2. 化痰止咳,通宣肺气。

冬季寒气当令,易引发呼吸道疾病。萝卜能“破气化痰”,对冬季常见的咳嗽痰多有辅助调理作用。

3. 通便利尿,清热生津。

萝卜能“利五脏,轻身,令人白净肌细”,其丰富的水分和纤维有助于维持新陈代谢,通过大小便排出体内代谢废物。

萝卜食用的四大讲究

1. 生熟有别,对症选择。

生萝卜辛凉之性更强,清热生津、止渴宽中的效果更佳,适合口干舌燥、咽喉肿痛者;熟萝卜经蒸煮后性偏平和,消食化痰、理气和中的功效更突出,适合脾胃虚弱、食积腹胀者。

2. 寒热搭配,平衡体质。

畏寒怕冷、大便稀溏等体质偏寒者食用萝卜时,可搭配生姜、羊肉、花椒等温性食材,中和其凉性,避免加重虚寒。

3. 人群禁忌,酌情食用。

萝卜性凉且有“破气”作用,神疲乏力、气短懒言等气虚体质者、腹泻便溏者应少吃;正在服用人参、黄芪等补气中药的人群,不宜同时大量食用,以免影响药效。

4. 适量为度,避免伤脾。

过量食用萝卜可能刺激肠胃,尤其空腹生食时,易引发腹胀、腹泻,建议每日食用量不超过 500 克。

两款经典食疗方

1. 萝卜生姜羊肉汤

食材:白萝卜 300 克去皮切块,羊肉 200 克切块,生姜 15 克切片,葱段 5 克,花椒 3 克,盐适量,料酒少许。

做法:羊肉块冷水下锅,加料酒、2 片生姜,煮沸焯水 3 分钟,撇去浮沫后捞出洗净;砂锅中加足量清水,放入羊肉、剩余生姜片、葱段、花椒,大火煮沸后转小火慢炖 1.5 小时;加入白萝卜块,继续炖 20~30 分钟至萝卜软糯、羊肉熟烂,加盐调味即可。



功效:温中散寒,消食化痰。羊肉温中补虚、散寒暖身,生姜温散寒气,萝卜消食化积、中和羊肉之滋腻,三者搭配既适合冬季畏寒怕冷者日常进补,又能化解温补食物带来的“上火”风险。

适用人群:体质偏寒、冬季易感冒、食积腹胀者。不适合口干舌燥、大便干结等热性体质者过量食用。

2. 萝卜蜂蜜饮

食材:白萝卜 1 根约 200 克,蜂蜜 20 克,冰糖少许。

做法:白萝卜洗净去皮,切成薄片或小丁,放入碗中,加少许冰糖拌匀。上锅蒸 15 分钟至萝卜软烂,取出放凉至温热(温度不超过 40℃,避免破坏蜂蜜营养)。加入蜂蜜搅拌均匀,连同蒸出的萝卜汁一起食用,每日 1~2 次。

功效:清热润肺,化痰止咳。萝卜清热化痰、生津润燥,蜂蜜润肺止咳、补中缓急,二者搭配对冬季肺热干咳、痰多黏稠、口干咽痒等症有辅助调理作用。其口感清甜,儿童也易接受。

适用人群:肺热咳嗽、咽喉不适者。1 岁以下婴儿不宜食用,糖尿病患者慎用。据《养生中国》