

又是一年毕业季。毕业生们如何找到心仪的房子？签合同、交房租如何避坑？如何保护自己的合法权益？市住建委发布房屋租赁风险提示，帮毕业生们找到“梦想之家”。

哪些途径可以找到心仪的房子？

毕业生可以通过互联网交易平台或租房APP找房，现在有很多互联网交易平台或租房APP，使用起来非常方便。要先确定自己的实际需求，在租房平台输入理想的租房区域、可以接受的租金水平以及偏好的房间朝向等信息，从平台中筛选合适的房源。为了保障权益，一定要选择正规的互联网平台查找房源。

按照相关法规规定，互联网平台发布房源信息应当对信息发布者提供的证明房源信息真实准确的材料进行审查后，方可提供信息发布服务。发现信息发布者提供虚假材料或发布虚假信息的，可向互联网平台进行报告、投诉。

此外，还可以直接到房地产经纪机构或者住房租赁企业门店问询，或登录企业官方网站或APP查询。通过输入目标地段、房型、租金区间等条件后进行筛选。房地产经纪机构、住房租赁企业信息可以通过市住建委门户网站查询。

还可登录北京房地产中介行业协会网站“惠民租房供需对接平台”，针对此次毕业季，多家房地产经纪机构、住房租赁企业专门提供了部分房源供大家选择。

避坑租房“陷阱”

在实地看房、打算承租时，



毕业季租房指南

□本报记者 盛丽

要注意查看出租房屋的房屋权属证书，房主或出租人的身份证件，确认房主和出租人的关系，确保出租人有权出租。还可以向出租人了解房屋装修情况。出租房屋为转租的，要确认房主已书面同意该房屋可以转租。还要查看房主与出租人约定的租赁期间，确保租期在可转租的时间范围内。

警惕“低租金” 看房时，一定要先比较一下周边同类房屋的市场租金水平，不要图便宜选择明显低于市场价格的房源，当心被骗取定金、租金。

警惕“假中介” 房屋带看时，一定要选择佩戴信息卡的从业人员。可通过扫描从业人员信息卡上的二维码查询从业人员的相关信息，谨防不良中介或者虚假从业人员。

警惕“假承诺” 实地看房时，要检查、试用一下各种家电、屋内设施等，确认房屋及配套设施的状况是否符合合同约定，发现问题要在合同中注明，不要轻信出租方的口头承诺。

此外，按照现行法律文件规

定，有下列情形之一的房屋是不得出租的：属于违法建筑的；不符合安全、防灾等工程建设强制性标准的；违反规定改变房屋使用性质的；不符合建筑、消防、治安、卫生等方面的安全条件的（如经鉴定为危险房屋的，应当根据鉴定报告的处理建议使用或者停止使用房屋建筑）；通过改变房屋内部结构等方式分割出租的；不符合出租房屋人均居住面积标准的；法律、法规禁止出租的政策性住房；法律、法规规定禁止出租的其他情形。

使用租赁合同示范文本

选好房子，下一步就是签合同了。租赁房屋要签订书面的租赁合同，鼓励大家使用由市住建委同市市场监管局制定的房屋租赁合同示范文本。今年3月15日，市住建委会同市市场监管局修订发布了租赁合同示范文本，毕业生可登录首都之窗、北京市住建委门户网站和北京市市场监督管理局网站查阅、下载。

需要注意的是，按照本市相关政策，如果与收取房屋出租的住房租赁企业签订合同的，住房租赁企业必须使用本市住房租赁

合同示范文本。

租赁合同签订后，一定要及时办理租赁合同登记备案。租赁当事人可以通过北京市房屋租赁服务平台申请办理住房租赁登记备案，也可通过房地产经纪机构或住房租赁企业申请办理登记备案，或前往区租赁登记备案服务窗口或北京房地产中介行业协会设置的便民服务点办理登记备案，还可利用北京房地产中介行业协会的租赁服务平台在线办理登记备案。

另外，按照现行规定，出租人应当自与承租人订立房屋租赁合同之日起三个工作日内，到房屋所在地的基层管理服务站办理房屋出租登记手续，并填报相关信息。

注意租金押金安全

据了解，在北京租房一般按“押1付3”支付租金押金。自2021年3月1日北京出台《关于规范本市住房租赁企业经营活动的通知》、2022年9月1日《北京市住房租赁条例》正式实施，规定租赁企业承租他人房屋再转租的，预收的租金数额原则上不得超过3个月房租。因此，不要一次性支付长期租金。

押金方面，租赁企业承租他人住房再出租的，押金须由北京房地产中介行业协会托管，押金托管后，承租人收到托管成功的短信，确认押金已托管；合同终止后3日内，押金及同期利息应退还给承租人。



【健康红绿灯】

绿灯

4招挑出美味樱桃



挑樱桃遵循这4点，帮你选出又甜又新鲜的樱桃：颜色深，颜色深的樱桃一般较甜，颜色浅的大多发酸；根蒂凹，樱桃根蒂处越凹，樱桃会更甜；光泽润，成熟健康的樱桃表皮会呈现出水果天然圆润的光泽，更新鲜，口感更好；果梗鲜，果梗为绿色更新鲜，放久了的樱桃果梗发黑，不建议购买。

食用螺肉务必煮熟煮透



又到了一年一度吃螺肉的季节，但吃不好有可能损害身体健康。日常挑选食用螺肉要注意三个方面：一是选新鲜的，保存不当容易导致蛋白质腐败变质；二是选干净的，并注意煮熟煮透再吃；三是选正规渠道的，无论是海螺还是淡水螺，都建议选择干净水质中、经正规人工养殖的产品。

红灯

吃脆骨不补钙



许多人认为吃脆骨可以补钙，实际上脆骨的钙含量很低，它的主要成分是骨胶原，属于胶原蛋白的一种，和钙没什么关系。在所有禽畜肉中，鸡脆骨的钙含量算高的，但每百克也仅含47毫克钙。所以，想通过饮食补钙，还是要选择钙含量高且易于吸收的食物，如牛奶、豆制品等。

大脚趾是嵌甲“重灾区”



从解剖结构来说，大脚趾指甲更贴近趾骨，弧度更明显，形状基本是包绕着骨头长的，更容易和甲沟周围的皮肤互相摩擦。另外，大脚趾指甲周围的皮肤更隆起，比手指两边的甲沟组织多。再加上走路时脚趾会承受更多的压力，所以大脚趾常常是嵌甲的“重灾区”。

丰台区市场监管局东铁匠营街道所

开展电动自行车安全生产专项检查

为进一步规范电动自行车市场经营行为，有效拧紧电动自行车销售、经营、修配等环节的安全生产主体责任链条，丰台区市场监管局东铁匠营街道对所辖电动自行车行业开展专项检查。

突出重点，全面排查 本次检查共覆盖辖区内11家电动自行车经营单位，共出动执法人员8人次，重点对电动自行车及其配件的外包装标识、合格证、3C认证等情况进行检查，严格检查经销门店是否存在销售非法改、拼装车辆等行为，现场提醒经营者诚信经营、规范经营。

协同联动，规范管理 联合属地平安办、派出所、安全检查队对辖区内顺五条、西木樨园两处无照电动自行车修理店进行查处，现场采取查封经营场所、扣押涉案生产经营工具的行政强制

措施，并进行后续立案调查。

此外，检查过程中，执法人员对电动自行车经营主体进行行政提示，要求严把电动自行车市场准入关、流通关，严格执行进货检查验收制度，建立进销货台账，确保电动自行车及相应电池配件产品的质量安全，做到来源可追溯、去向可查询。

宣传引导，强化意识 执法人员一方面依托电动自行车经营线上管理群，发布相关安全生产提示，督促经营主体落实产品质量、安全生产主体责任；另一方面通过警示教育会议宣贯相关法律法规，对电动自行车经营主体进行规范经营提示，强调经营者要强化主体责任意识，做好定期自查，及时清理不合格产品，确保消除隐患，切实做到安全合规经营。

(胡洛东 何雨琪)

养眼护眼 多吃三色食物

眼睛拥有复杂的构造，每个部位对应着不同的视觉功能，需要的营养素也有所不同。养眼护眼，可多吃以下三种颜色的食物。

黄色：叶黄素、玉米黄素

健康的黄斑部可过滤90%以上的有害光源，靠的是累积在视网膜黄斑部和水晶体的叶黄素和玉米黄素，这两种营养素具有抗氧化和过滤蓝光的功能，可以达到保护视力、延缓老化的目的。

含叶黄素多的食物有葡萄、芒果、猕猴桃、胡萝卜、玉米、鸡蛋黄、西红柿、南瓜等。

橘色：维生素A(β-胡萝卜素)

眼睛之所以在黑暗、低光

源的环境中还能看到东西，靠的是视网膜上的杆状感光细胞，而维生素A是视网膜感光细胞中视紫质的先驱物质，能帮助维持夜间视力、适应光线变化。如果缺乏维生素A，便会引发暗光敏感度不足，在光线不够的地方就看不清楚，引发夜盲症。

动物肝脏、奶类、果蔬中富含维生素A。

红色：茄红素

茄红素除了是知名的抗氧化剂，也能够帮助眼睛的睫状体顺利达成对焦的任务，改善长时间使用电子产品出现的弹性疲劳、聚焦模糊等症状，延缓睫状体的老化。

富含茄红素的食物包括西红柿、西瓜等。

·广告·