

# Inhaltsverzeichnis

## 1

### Unter welchen Voraussetzungen kann ich Grundsicherung erhalten?

1. Wann gelte ich als bedürftig? \_\_\_\_\_ 8
2. Grundsicherung im Alter – ab wann? \_\_\_\_\_ 8
3. Was heißt dauerhafte volle Erwerbsminderung? \_\_\_\_\_ 9
4. Wann habe ich keinen Anspruch auf Grundsicherung? \_\_\_\_\_ 10

## 2

### Was muss ich tun, um Grundsicherung zu erhalten?

1. Grundsicherung nur mit Antrag \_\_\_\_\_ 12
2. Wo und wie kann ich den Antrag stellen? \_\_\_\_\_ 12
3. Bescheid vom Sozialamt \_\_\_\_\_ 13
4. Widerspruch einlegen \_\_\_\_\_ 13
5. Klagen vor dem Sozialgericht \_\_\_\_\_ 14
6. Weitergehende Beratung \_\_\_\_\_ 14

## 3

### Wie viel Geld können meine Familie und ich bekommen?

1. Regelbedarf \_\_\_\_\_ 16
2. Mehrbedarf für besondere Lebenslagen \_\_\_\_\_ 16
  - a) Für besondere Ernährung wegen einer Erkrankung \_\_\_\_\_ 16
  - b) Für schwerbehinderte Menschen mit Merkzeichen G oder aG \_\_\_\_\_ 17
  - c) Für behinderte Menschen in Schule oder Ausbildung \_\_\_\_\_ 17

- d) Für Schwangere \_\_\_\_\_ 18
- e) Für Alleinerziehende \_\_\_\_\_ 18
- f) Mehrere Mehrbedarfe nebeneinander \_\_\_\_\_ 18
- g) Für die Bereitung von Warmwasser \_\_\_\_\_ 18
- h) Für gemeinschaftliche Mittagsverpflegung in Werkstätten für behinderte Menschen \_\_\_\_\_ 18
- i) Für Schulbücher und Arbeitshefte \_\_\_\_\_ 19

### 3. Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung \_\_\_\_\_ 19

### 4. Beiträge für eine angemessene Alterssicherung und Sterbegeld \_\_\_\_\_ 20

### 5. Leistungen für den Schulbesuch \_\_\_\_\_ 21

- a) Eintägige Schulausflüge und mehrtägige Klassenfahrten \_\_\_\_\_ 21
- b) Persönlicher Schulbedarf \_\_\_\_\_ 21
- c) Schülerbeförderung \_\_\_\_\_ 22
- d) Lernförderung \_\_\_\_\_ 22
- e) Mittagessen in der Schule \_\_\_\_\_ 22

### 6. Einmalige Leistungen \_\_\_\_\_ 22

- a) Erstausrüstung für die Wohnung \_\_\_\_\_ 22
- b) Erstausrüstung für Schwangerschaftsbekleidung, Säuglingserstausrüstung und Bekleidung in Notlagen \_\_\_\_\_ 23
- c) Orthopädische Schuhe und Geräte für eine medizinische Behandlung \_\_\_\_\_ 23
- d) Einmalige Leistungen für Personen, die nicht regelmäßig Grundsicherung bekommen \_\_\_\_\_ 23

### 7. In besonderen Fällen Grundsicherung als Darlehen \_\_\_\_\_ 24

## 4

### Kosten für die Unterkunft – Miete, Nebenkosten, Heizkosten

1. Miete \_\_\_\_\_ 26
  - a) Größe der Wohnung und Zahl der Bewohner \_\_\_\_\_ 26
  - b) Höhe der Miete \_\_\_\_\_ 26
  - c) Was geschieht, wenn die Mietkosten zu hoch sind? \_\_\_\_\_ 27
  - d) Wie kann ich die Mietkosten senken? \_\_\_\_\_ 28
  - e) Kein Umzug in Härtefällen \_\_\_\_\_ 28

<b>2. Nebenkosten, Heizung, Warmwasser</b>	<b>29</b>
a) Welche Nebenkosten sind angemessen?	29
b) Welche Heizkosten sind angemessen?	29
c) Jährliche Abrechnung der Heiz- und Nebenkosten	30
d) Warmwasser bei Zentralheizung	30
e) Renovierungskosten und Schönheitsreparaturen	30
<b>3. Umzugskosten</b>	<b>31</b>
a) Umzug nicht erforderlich	31
b) Unangemessen hohe Mietkosten	31
c) Umzugskosten, Mietsicherheit und Maklerkosten	31
<b>4. Unterkunftskosten bei Wohneigentum</b>	<b>32</b>
a) Angemessene Größe und Kosten bei Wohneigentum	32
b) Heizkosten bei Wohneigentum	32
<b>5. Wie werden die Kosten der Unterkunft ausgezahlt?</b>	<b>33</b>
<b>6. Übernahme von Mietschulden und Schulden für Energie und Wasser</b>	<b>33</b>

## 5

### Wie wird Einkommen angerechnet?

<b>1. Was ist Einkommen?</b>	<b>36</b>
<b>2. Welches Einkommen wird nicht angerechnet?</b>	<b>37</b>
<b>3. Was wird vom Einkommen abgezogen?</b>	<b>38</b>
a) Steuern, Beiträge, Werbungskosten	38
b) Freibetrag bei Erwerbstätigkeit	38
c) Freibetrag wegen zusätzlicher Altersvorsorge	38
d) Freibetrag wegen langjähriger Rentenversicherung	39

## 6

### Habe ich trotz Vermögen Anspruch auf Grundsicherung?

<b>1. Was ist Vermögen?</b>	<b>41</b>
Selbst bewohnte Wohnung oder Haus von angemessener Größe	41
<b>2. Geschütztes Vermögen – was Ihnen möglichst bleiben soll</b>	<b>41</b>
<b>3. Allgemeiner Freibetrag</b>	<b>42</b>
<b>4. Keine Anrechnung von verwertbarem Vermögen im Härtefall</b>	<b>43</b>
<b>5. Anrechnung des verwertbaren Vermögens</b>	<b>43</b>

## 7

### In welchen Fällen muss Grundsicherung zurückgezahlt werden und von wem?

<b>1. Wann muss ich Grundsicherung zurückzahlen?</b>	<b>45</b>
<b>2. Unterhaltspflichten von Kindern, Eltern, Partnern</b>	<b>45</b>
a) Kinder	45
b) Eltern	46
c) Ehepartner und eingetragene Partner	46
<b>3. Rückforderung von Geschenken und Außenständen</b>	<b>46</b>

## 8

### Ich lebe mit anderen zusammen in einem Haushalt – wie wirkt sich das aus?

---

1. Wird das Einkommen meines Partners angerechnet? \_\_\_\_\_ 48
2. Was bedeutet es, eine Einsatzgemeinschaft zu sein? 49
3. Wie wird gerechnet, wenn mein Ehe- oder Lebenspartner erwerbstätig oder arbeitslos ist? \_\_\_\_ 50
4. Zusammenwohnen mit Personen, die nicht Mitglied der Einsatzgemeinschaft sind \_\_\_\_\_ 50
  - a) Mit eigenen Kindern zusammenleben \_\_\_\_\_ 50
  - b) Zusammen leben mit anderen Personen: Eltern oder Geschwistern, Onkel oder Tanten, Neffen oder Nichten, Freund\*innen und Bekannten \_\_\_\_\_ 51

## 9

### Leben in besonderen Wohnformen

---

1. Leben in besonderen Wohnformen \_\_\_\_\_ 53
2. Leben in einer stationären Einrichtung (Heim) \_\_\_\_ 53
3. Leben in einer sonstigen Unterkunft \_\_\_\_\_ 54

## 10

### Leistungen bei Krankheit, Behinderung, Pflegebedürftigkeit

---

1. Im Krankenhaus \_\_\_\_\_ 56
2. Muss ich bei medizinischen Leistungen etwas zahlen? \_\_\_\_\_ 56
3. Leistungen bei Pflegebedürftigkeit \_\_\_\_\_ 57
4. Hilfe, um den Haushalt weiterzuführen \_\_\_\_\_ 57
5. Aufgabe der Eingliederungshilfe \_\_\_\_\_ 58
6. Welche Leistungen der Eingliederungshilfe gibt es? \_ 58

## 11

### Bekomme ich neben der Grundsicherung weitere Vergünstigungen?

---

## 12

### Sonderregelungen wegen der Corona-Pandemie

---

- Stichwortverzeichnis \_\_\_\_\_ 63