Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Das Wichtigste in Kürze

Die Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung ist eine Leistung der Sozialhilfe für Erwachsene ohne ausreichendes Einkommen oder Vermögen, die entweder schon das reguläre Rentenalter erreicht haben, oder voll erwerbsgemindert sind. Einkommen und Vermögen werden angerechnet, aber es gibt Freibeträge. Die Leistung ist genauso hoch wie das Grundsicherungsgeld (früher Bürgergeld) oder die Hilfe zum Lebensunterhalt, die ebenfalls das Existenzminimums sichern soll.

Unterhaltspflichtige Eltern oder Kinder, die weniger als 100.000 € im Jahr verdienen, müssen nichts an das Sozialamt zahlen, auch wenn sie Vermögen haben. Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung muss beantragt werden.

Hinweis: Seit der Umbenennung des Bürgergelds in Grundsicherungsgeld wird diese Leistung der Grundsicherung für Arbeitsuchende zum Teil genauso wie die Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung abgekürzt als Grundsicherung bezeichnet, aber es handelt sich um **unterschiedliche Leistungen**.

Voraussetzungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Leistungsberechtigt sind Menschen mit gewöhnlichem Aufenthalt in Deutschland unter folgenden Voraussetzungen:

- Erreichen der Altersgrenze der Regelaltersrente **oder** dauerhafte **volle** Erwerbsminderung ab dem 18. Geburtstag, unabhängig von der jeweiligen Arbeitsmarktlage
  und
- der Lebensunterhalt kann nicht aus eigenem Einkommen und Vermögen gedeckt werden. Auch das Einkommen und Vermögen des nicht getrennt lebenden Ehe- oder Lebenspartners sowie des Partners einer eheähnlichen oder lebenspartnerschaftsähnlichen Gemeinschaft wird angerechnet, wenn es dessen notwendigen Lebensunterhalt im Sinne der Sozialhilfe übersteigt, Näheres unter Sozialhilfe > Einkommen und Sozialhilfe > Vermögen.

Volle Erwerbsminderung

Weil die dauerhafte volle Erwerbsminderung unabhängig von der Arbeitsmarktlage sein muss, reichen die Voraussetzungen einer sog. Arbeitsmarktrente (Näheres unter Erwerbsminderungsrente) nicht aus. Es ist nicht notwendig, dass eine Erwerbsminderungsrente bezogen wird. Die dauerhafte volle Erwerbsminderung kann auch von der Rentenversicherung im Auftrag des Sozialhilfeträgers festgestellt werden. Es muss unwahrscheinlich sein, dass die volle Erwerbsminderung behoben werden kann.

Menschen mit Behinderungen gelten generell als voll erwerbsgemindert, solange sie das Eingangsverfahren oder den Berufsbildungsbereich einer Werkstatt für behinderte Menschen durchlaufen bzw. dort im Arbeitsbereich beschäftigt sind.

Unterhalt und Unterhaltsrückgriff

Unterhalt gehört zum Einkommen. Zahlen Unterhaltspflichtige **keinen** Unterhalt, kann trotzdem Grundsicherung bei Erwerbsminderung oder im Alter bezogen werden. Der Unterhalt muss **nicht** erst eingefordert werden. Vor allem unterhaltspflichtige Eltern/Kinder mit einem Einkommen oberhalb von 100.000 € und unterhaltspflichtige (geschiedene) Ehegatten (auch unterhalb von 100.000 €) müssen dann aber mit einem sog. Unterhaltsrückgriff (auch Unterhaltsregress genannt) rechnen. Das bedeutet, dass die Sozialhilfe von ihnen in Höhe des zu leistenden Unterhalts zurückgefordert wird. Näheres unter Unterhaltspflicht > Grundsicherungsgeld und Sozialhilfe.

Vorrang anderer Sozialleistungen

Andere Sozialleistungen, z.B. Wohngeld, sind vorrangig. Das heißt: Die Grundsicherung im Alter oder bei Erwerbsminderung wird abgelehnt, wenn die vorrangigen Leistungen ausreichen, den Bedarf zu decken.

Einkommen und Vermögen Dritter

Ggf. kann auch das Einkommen und Vermögen Mitbewohnender auf die Grundsicherung im Alter oder bei Erwerbsminderung angerechnet werden. Dafür muss aber das Sozialamt – anders als bei der Hilfe zum Lebensunterhalt – **nachweisen**, dass gemeinsam gewirtschaftet wird. Näheres unter Haushaltsgemeinschaft.

Wer bekommt keine Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung?

Nicht leistungsberechtigt sind Personen, die ihre Bedürftigkeit in den letzten 10 Jahren vorsätzlich oder grob fahrlässig herbeigeführt haben. Auch diese Menschen haben aber ein Recht, in Würde zu leben, und der Staat muss ihnen den Zugang zu den dafür nötigen Mitteln verschaffen (= Recht auf das menschenwürdige Existenzminimum). Deshalb haben sie ein Recht auf Hilfe zum Lebensunterhalt als Darlehen, das zurückgezahlt werden muss.

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Wer eine Teilrente bezieht, bekommt keine Grundsicherung und muss vorrangig die Vollrente beantragen. Wenn allerdings die Vollrente zum Leben nicht reicht, kann ergänzend Grundsicherung beantragt werden.

Umfang und Höhe der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Die Grundsicherung ist abhängig von der Bedürftigkeit und entspricht in der Höhe der Hilfe zum Lebensunterhalt.

Die Grundsicherung berücksichtigt folgende Bedarfe:

- Regelbedarf, Näheres unter Regelsätze: Pauschale für einen Großteil des Lebensunterhalts
- Angemessene Kosten der Unterkunft und Heizung, Näheres unter Kosten der Unterkunft > Angemessenheit
- Kranken- und Pflegeversicherung
- Im Ermessen des Sozialamts ggf. auch Kosten einer angemessenen Altersvorsorge (z.B. Rentenversicherung), Näheres unter Sozialhilfe > Alterssicherung
- Mehrbedarfe, z.B. aus gesundheitlichen Gründen, bei Schwangerschaft, für Alleinerziehende oder für Warmwasser aus einem Boiler oder Durchlauferhitzer in der Wohnung
- Einmalige Leistungen, z.B. für die Erstausstattung einer Wohnung, Näheres unter Sozialhilfe und Grundsicherungsgeld > Einmalige Leistungen
- Beim Besuch einer allgemeinbildenden oder berufsbildenden Schule Bedarfe für Bildung
- Schulden in begründeten Einzelfällen (z.B. bei drohender Wohnungslosigkeit), Näheres unter Mietschulden und Stromkosten Stromschulden

Von diesem Bedarf wird das anzurechnende Einkommen und Vermögen (siehe Sozialhilfe > Einkommen und Sozialhilfe > Vermögen) abgezogen, die Differenz wird als Grundsicherung ausgezahlt. Sind Einkommen und Vermögen höher als der Bedarf, besteht kein Anspruch auf Grundsicherung.

Eingliederungshilfe gehört nicht zur Grundsicherung

Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen, z.B. für Assistenzleistungen beim betreuten Wohnen, gehört **nicht** zur Grundsicherung, sondern ist eine **eigene Leistung,** die auch Menschen zusteht, die zu viel Einkommen und/oder Vermögen für die Grundsicherung haben (Näheres unter Eingliederungshilfe > Einkommen und Vermögen). Sie gehört **nicht mehr** zur Sozialhilfe. Zuständig sind die Träger der Eingliederungshilfe.

Näheres unter Eingliederungshilfe > Abgrenzung zu Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhalts.

Kürzungen, Leistungseinschränkungen

Die Leistungen der Grundsicherung können gekürzt werden. Diese sog. Leistungseinschränkungen können bis zu 30 % des Regelsatzes der Regelbedarfsstufe 1 (Näheres unter Regelsätze) betragen. Das sind 2026 also Kürzungen um höchstens 168,90 €, wenn

- Volljährige ihr Einkommen oder Vermögen absichtlich vermindert haben, um die Voraussetzungen für die Gewährung oder Erhöhung der Sozialhilfe herbeizuführen.
- das Sozialamt über unwirtschaftliches Verhalten belehrt hat und dieses Verhalten trotzdem fortgesetzt wird.

Vollständige oder teilweise Versagung wegen fehlender Mitwirkung

Das Sozialamt kann die Grundsicherung ganz oder teilweise versagen, wenn die hilfebedürftige Person Belege wie z.B. Kontoauszüge, Mietvertrag oder ärztliche Bescheinigungen nicht oder nicht rechtzeitig einreicht. Das gleiche gilt, wenn sie eine ärztliche oder psychologische Untersuchung zur Feststellung der fehlenden Erwerbsfähigkeit verweigert. Das Sozialamt kann dabei nicht nur den Regelsatz versagen, sondern alle Leistungen, z.B. auch das Geld für die Wohnung (Näheres unter Kosten der Unterkunft) und die Krankenversicherung.

Näheres unter Fehlende Mitwirkung.

Karenzzeit bei den Kosten der Unterkunft und Heizung

Das erste Jahr des Sozialhilfebezugs heißt Karenzzeit. In dieser Zeit **muss** das Sozialamt auch Kosten der Unterkunft und Heizung übernehmen, die über der örtlichen Angemessenheitsgrenze liegen, wenn die Gesamtkosten höchstens bis zu 1,5-mal so hoch sind wie die anerkannten Richtwerte, die Kosten pro Quadratmeter nicht zu hoch sind und die Mietpreisbremse eingehalten wurde.

Anderenfalls gelten schon in der Karenzzeit die gleichen Regeln wie danach: Empfänger der Leistung müssen die Kosten senken (z.B. in eine günstigere Wohnung umziehen), sonst werden nur noch die angemessenen Kosten übernommen und sie müssen den Rest selbst bezahlen, Näheres unter Kosten der Unterkunft > Angemessenheit.

Heizkosten werden auch in der Karenzzeit nur in **angemessener** Höhe übernommen, damit Sozialhilfebeziehende sparsam mit Energie

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

umgehen. Die Angemessenheit der Heizkosten wird an der **tatsächlichen** Größe des Wohnraums bemessen, auch wenn dieser sehr groß ist.

Bei Unterbrechungen des Bezugs von Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung wird auch die Karenzzeit unterbrochen. Die übrigen Monate der Karenzzeit laufen nach der Unterbrechung weiter. Eine Karenzzeit bei anderen Leistungen der Sozialhilfe und beim Grundsicherungsgeld (früher Bürgergeld) wird aber angerechnet.

Wer mindestens 3 Jahre lang keine Sozialhilfe und kein Grundsicherungsgeld erhalten hat, bekommt danach eine neue Karenzzeit.

Fallbeispiel

Herr Meier hat schon 3 Monate lang von Grundsicherung im Alter gelebt. Danach zahlt ihm sein Sohn 2 Jahre lang Unterhalt und er braucht deshalb zunächst keine Sozialleistungen mehr. Nach den 2 Jahren muss er erneut Grundsicherung im Alter beantragen. Er hat nun noch eine Karenzzeit von 9 Monaten. Wären es 3 Jahre gewesen, hätte Herr Maier wieder eine neue Karenzzeit von einem ganzen Jahr bekommen.

Dauer der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Die Grundsicherung wird in der Regel für 12 Kalendermonate bewilligt (Bewilligungszeitraum). Wenn ein Weiterbewilligungsantrag gestellt wurde und die Voraussetzungen weiterhin vorliegen, wird die Grundsicherung in der Regel für einen Bewilligungszeitraum von weiteren 12 Monaten gewährt. Der Anspruch auf Grundsicherung ist **unbefristet**, das heißt: Er besteht, solange die Voraussetzungen vorliegen, unter Umständen von der Volljährigkeit bis zum Tod.

Die Grundsicherung wird rückwirkend zum 1. des Monats bewilligt, in dem der Antrag gestellt wurde oder in dem die Voraussetzungen (z.B. Erreichen des Renteneintrittsalters) eingetreten sind und mitgeteilt wurden. Eine weitere Rückwirkung ist nur ausnahmsweise möglich.

Wer nach dem Bezug von Grundsicherungsgeld (früher Bürgergeld) wegen Erreichen der Regelaltersgrenze in die Grundsicherung im Alter wechselt, bekommt im Monat, in dem die Altersgrenze erreicht wird, noch Bürgergeld und erst im **Folge**monat die Grundsicherung im Alter.

Grundsicherung bei Auslandsaufenthalt

Eine Voraussetzung für Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung ist, dass die berechtigte Person ihren gewöhnlichen Aufenthalt in Deutschland hat. Urlaubsreisen oder der Besuch von Verwandten im Ausland stehen dem nicht entgegen, solange der Auslandsaufenthalt weniger als 4 Wochen dauert. Wer sich länger als 4 Wochen ununterbrochen im Ausland aufhält, bekommt bis zur nachgewiesenen Rückkehr **keine** Leistungen der Grundsicherung.

Unterhaltspflicht von Eltern für volljährige Kinder und Kindern gegenüber ihren Eltern

Erst ab einem Jahresbruttoeinkommen von **mehr als 100.000 €** werden Unterhaltsansprüche von Kindern gegen ihre Eltern und Eltern gegen ihre Kinder bei der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung berücksichtigt.

Eltern müssen bei einem Einkommen von mehr als 100.000 € für die Grundsicherung ihrer volljährigen pflegebedürftigen Kinder oder Kinder mit Behinderungen im Sinne der Eingliederungshilfe nur einen pauschalen Unterhaltsbeitrag von maximal 33,64 € monatlich zahlen. Näheres unter Unterhaltspflicht > Grundsicherungsgeld und Sozialhilfe.

Unterstützung für eine Arbeitsaufnahme

Wer sich **wünscht**, eine trotz Erwerbsminderung mögliche Erwerbstätigkeit auszuüben, kann dabei vom Sozialamt mit Vorbereitungsmaßnahmen und Begleitung unterstützt werden.

Zu anderen Möglichkeiten einer Arbeitsaufnahme außerhalb einer Werkstatt für behinderte Menschen bei voller Erwerbsminderung unter Alternativen zu Werkstätten für behinderte Menschen.

Nur bis 31.12.2022 konnten Beziehende von Grundsicherung bei Erwerbsminderung im Rahmen ihres Restleistungsvermögens unterhalb von 15 Wochenstunden vom Sozialamt zu einer Erwerbstätigkeit verpflichtet werden, z.B. zu einem Minijob. Auch eine Verpflichtung zu Maßnahmen zur Vorbereitung darauf war nur bis 31.12.2022 möglich.

Praxistipps

- Wenn Sie Grundsicherung im Alter oder bei Erwerbsminderung erhalten, werden Sie auf Antrag vom Rundfunkbeitrag befreit (Rundfunkbeitrag Befreiung Ermäßigung).
- Wenn Ihnen beim Übergang in die Rente das Geld zum Lebensunterhalt nicht reicht, weil die Rente erst am Monatsende gezahlt

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

wird, können Sie ein Überbrückungsdarlehen beantragen.
- Sie sollen einen finanziellen Vorteil davon haben, wenn Sie lange gearbeitet, Kinder erzogen oder Angehörige gepflegt haben, aber nur eine niedrige Rente beziehen. Dafür gibt es einen besonderen Freibetrag, wenn sie mindestens 33 Jahre sog. Grundrentenzeiten haben. Ein Teil Ihrer Rente wird dann nicht auf die Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung angerechnet. Den Freibetrag bekommen Sie sowohl, wenn Ihre Rente einen sog. **Grundrentenzuschlag** enthält, als auch wenn Sie zwar die 33 Jahre Grundrentenzeiten erreichen, aber **keinen** Grundrentenzuschlag bekommen, weil sie die anderen Voraussetzungen nicht erfüllen. Näheres unter Grundrente.

Wer hilft weiter?

- Das Bürgertelefon des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales zum Thema „Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung" unter 030 221911008, Mo–Do 8–17 Uhr, Fr 8–12 Uhr.
- Der Antrag kann beim zuständigen Sozialamt gestellt werden, in dessen Bereich die leistungsberechtigte Person ihren gewöhnlichen Aufenthaltsort hat.
- Auch Rentenversicherungsträger beraten zum Thema Grundsicherung bei Erwerbsminderung, nehmen einen Rentenantrag entgegen und senden diesen gemeinsam mit einer Mitteilung über die Höhe der monatlichen Rente an den zuständigen Träger der Sozialhilfe.

Verwandte Links

Grundsicherung für Arbeitsuchende

Sozialhilfe

Hilfe zum Lebensunterhalt

Erwerbsminderungsrente

Grundrente

Erwerbsminderung

Rechtsgrundlagen: §§ 41 ff. SGB XII

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg