

# Regelsätze der Sozialhilfe

## 1. Das Wichtigste in Kürze

Die Regelsätze bestimmen die Höhe des Teils der Sozialhilfe, der die grundlegendsten Bedürfnisse abdecken soll, die sog. "Hilfe zum Lebensunterhalt", bzw. die "Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung". Die Leistungen für Miete, Heizung, Versicherungen und sonstige Bedarfe sind nicht Teil der Regelsätze.

## 2. Umfang

Die laufenden Leistungen nach den Regelsätzen der [Sozialhilfe](#) sollen den **Regelbedarf** abdecken. Dazu gehören vorrangig Leistungen für

- Ernährung,
- Kleidung,
- Körperpflege,
- Hausrat,
- Haushaltsenergie (ohne Heizung und Warmwasser aus der Heizanlage) sowie
- persönliche Bedürfnisse des täglichen Lebens, z.B. Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben in der Gemeinschaft, besonders für Kinder und Jugendliche.

**Nicht** in den Regelsätzen enthalten sind:

- Kosten für [Sozialhilfe > Miete und Heizung](#)
- Beiträge zur [Kranken- und Pflegeversicherung Sozialhilfe](#)
- [Mehrbedarfszuschläge](#)
- Einmalige Leistungen ( [Sozialhilfe > Einmalige Leistungen](#) )
- Leistungen nach dem [Teilhabe- und Bildungspaket](#) für Kinder und Jugendliche
- Barbetrag zur persönlichen Verfügung für Bewohner von Einrichtungen: [Sozialhilfe > Taschengeld](#)
- [Sozialhilfe > Alterssicherung](#)
- Übernahme von [Mietschulden](#)

## 3. Höhe

Seit 1.1.2021 gelten folgende Regelsätze:

Regelbedarfsstufe	Regelsätze für	Höhe
1	Volljährige Alleinstehende oder Alleinerziehende	446 €
2	Volljährige Ehe- oder Lebenspartner in einer <a href="#">Bedarfsgemeinschaft</a> jeweils	401 €
3	Volljährige in Einrichtungen (nach SGB XII) sowie nicht-erwerbstätige Erwachsene unter 25 Jahre im Haushalt der Eltern jeweils	357 €
4	Jugendliche vom 14. bis zum 18. Geburtstag jeweils	373 €
5	Kinder vom 6. bis zum 14. Geburtstag jeweils	309 €
6	Kinder bis zum 6. Geburtstag jeweils	283 €

Die Regelsätze können in einer ersten Stufe um bis zu 25 % **gekürzt** werden, z.B. bei Weigerung des Sozialhilfeempfängers, eine zumutbare Tätigkeit aufzunehmen oder an einer erforderlichen Vorbereitung teilzunehmen (§ 39a SGB XII). Bei wiederholter Ablehnung kann jeweils weiter in 25%-Stufen gekürzt werden.

### 3.1. Abweichende Festsetzung des Regelsatzes

Die Regelsätze müssen vom Sozialhilfeträger **höher** angesetzt werden, wenn ein Sozialhilfeempfänger einen individuellen Bedarf hat, der laufend (nicht nur einmalig, voraussichtlich länger als einen Monat) höher ist als der durchschnittliche Bedarf

(§ 27a Abs. 4 SGB XII). Dieser höhere Bedarf muss im Einzelfall nachgewiesen werden und er muss "unabweisbar" sein, d.h.: Es gibt keine andere Möglichkeit, die Absicherung einer menschenwürdigen

Existenz kostengünstiger zu erreichen. Beispiele dafür können sein:

- Erhöhte Fahrtkosten, damit ein nicht sorgeberechtigter Elternteil seine Kinder besuchen kann.
- Mehrkosten bei altersbedingten Schwierigkeiten (z.B. Fahrten zur Grabpflege, die nicht durch das StadtTicket abgedeckt sind).
- Hohe Kosten durch Über- und Sondergrößen bei Bekleidung und Schuhen.

Wird der Bedarf nachweisbar anderweitig gedeckt, kann es auch zu einer **Absenkung** des Regelsatzes kommen. Dies findet z.B. dann statt, wenn ein Mensch mit Behinderung in einer [Werkstatt für behinderte Menschen \(WfbM\) oder bei einem anderen Leistungsanbieter](#) unentgeltlich Essen erhält.

## 4. Praxistipp

Ihre Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhalts dürfen nicht gepfändet werden. Näheres zum automatischen Pfändungsschutz auf Ihrem Konto unter [Basiskonto Pfändungsschutzkonto](#) .

## 5. Wer hilft weiter?

Individuelle Auskünfte erteilt das [Sozialamt](#) .

## 6. Verwandte Links

[Sozialhilfe](#)

[Sozialamt](#)

Gesetzesquellen: §§ 20, 23 SGB II; §§ 28, 28a SGB XII