

Merkblatt B3**REGELBEDARF UND MEHRBEDARF**

Die finanziellen Leistungen des SGB II, das sogenannte Grundsicherungsgeld, erhalten die erwerbsfähigen Mitglieder und deren nicht erwerbsfähigen Angehörigen einer Bedarfsgemeinschaft (s. Merkblatt B2). Dies setzt sich aus den Regelbedarfen, den Mehrbedarfszuschlägen und den Unterkunftskosten zusammen (s. Merkblatt B4).

Regelbedarf

Für die Regelbedarfe werden bestimmte pauschale Beträge zugrunde gelegt, mit denen u. a. der tägliche Bedarf zu decken ist. Mit diesem Regelbedarf sind neben den Lebensmitteln u. a. auch Fahrtkosten, Stromkosten und Telefonkosten zu decken. Er beinhaltet aber auch Beträge für Bedarfe, die unregelmäßig oder nur in größeren Abständen anfallen, z. B. für Bekleidung, Ersatzbeschaffung von Haushaltsgeräten. Es gibt keine Möglichkeit, zusätzliche Leistungen zu beantragen, außer für

- Wohnungserstausstattungen,
- Erstausrüstung für Bekleidung, Schwangerschaft und Geburt,
- Anschaffung von orthopädischen Schuhen, Reparatur von therapeutischen Geräten und Ausrüstung sowie Miete von therapeutischen Geräten,
- Bedarf für Bildung und Teilhabe.

Mehrbedarf

Es gibt weiterhin die Möglichkeit eine zusätzliche Zahlung (den sog. Mehrbedarf) zu erhalten. Hierdurch sollen besondere Umstände berücksichtigt werden, die laufende Kosten i. d. R. erhöhen. Dazu zählen:

- Schwangere ab der 13. Schwangerschaftswoche,
- Alleinerziehende,
- Behinderte, bei Teilnahme an einer Maßnahme zur Teilhabe am Arbeitsleben,
- Erwerbsfähige Leistungsberechtigte, die aus medizinischen Gründen einer kostenaufwendigen Ernährung bedürfen,
- Warmwasserzubereitung, wenn diese dezentral erfolgt (z. B. Durchlauferhitzer oder Gasboiler),
- im Einzelfall unabweisbare, laufende Bedarfe, z. B. für das Umgangsrecht mit Kindern.

Auf der Rückseite finden Sie die Tabelle mit den Regelbedarfen ab 01.01.2026.

	Regelbedarf	Mehrbedarf		
		Warmwasser	ab der 13. Schwangerschaftswoche 17 % des Regelbedarfs	Behinderte bei Teilhabe am Arbeitsleben 35 % des Regelbedarfs
		§ 21 Abs. 7	§ 21 Abs. 2	§ 21 Abs. 4
Regelbedarfsstufe 1 Alleinstehende/Alleinerziehende Volljährige mit minderjährigem Partner oder minderjähriger Partnerin	563 €	12,95 €	95,71 €	197,05 €
Regelbedarfsstufe 2 Partner oder Partnerin, wenn beide volljährig sind	506 €	11,64 €	86,02 €	177,10 €
Regelbedarfsstufe 3 Mitglieder der Bedarfsgemeinschaft ab 18 bis 24 Jahre	451 €	10,37 €	76,67 €	157,85 €
Regelbedarfsstufe 4 Jugendliche von 14 bis 18 Jahren	471 €	6,59 €	80,07 €	164,85 €
Regelbedarfsstufe 5 Kinder und Jugendliche von 6 bis 14 Jahren	390 €	4,68 €		
Regelbedarfsstufe 6 Kinder bis 5 Jahren	357 €	2,86 €		

Mehrbedarf für Alleinerziehende § 21 Abs. 3 SGB II

Anzahl und Alter der Kinder	Prozent des Regelbedarf
1 Kind unter 7 Jahren	36%
1 Kind ab 7 Jahren	12%
2 Kinder unter 16 Jahren	36%
2 Kinder ab 16 Jahren	24%
1 Kind über 7 + 1 Kind über 16 Jahre	24%
3 Kinder	36%
4 Kinder	48%
Ab 5 Kinder	60%

