

Regelsätze nach SGB XII und SGB II 2026

Die Regelsätze (auch Regelbedarf genannt) bei Sozialhilfe, Grundsicherung (SGB XII) und Bürgergeld (SGB II) wurden auch zum **1. Januar 2026 nicht erhöht** (Fortschreibungsregelungen nach § [28a SGB XII](#)) und in gleicher Höhe wie 2024 festgelegt:

Regelsätze			[Anlage zu § 28 SGB XII, §§ 20 + 23 SGB II, § 2 AsylbLG]		
gültig ab			1.1.2022	1.1.2023	2024 - 2026
Für	Stufe	in %	€	€	€
Alleinstehende und Alleinerziehende *	1	100	449,--	502,--	563,--
Partner, wenn beide volljährig sind, jeder**	2	90	404,--	451,--	506,--
Haushaltsangehörige ab 18 Jahre ***	3	80	360,--	402,--	451,--
Kinder von 14 bis 17 Jahre	4		376,--	420,--	471,--
Kinder von 6 - 13 Jahre	5		311,--	348,--	390,--
Kinder von 0 bis 5 Jahre	6		285,--	318,--	357,--

* Der Regelsatz **1** gilt im SGB II und XII für erwachsene Personen, die nicht in einer Partnerschaft leben; also auch für Personen, die mit anderen Erwachsenen in Wohngemeinschaft wohnen.

Der Regelsatz gilt auch für Personen mit minderjähriger/m Partner/in und für Personen, die mit einem/r Partner/in zusammenleben, der/die Leistungen nach dem AsylbLG bezieht [BSG, Urteil vom 6.10.2011, B 14 AS 171/10 R].

** Die Stufe **2** gilt auch für erwachsene Personen, die in einer sog. „**besonderen Wohnform**“ leben (bisher: in einer ‚Einrichtung‘)

*** Die Stufe **3** gilt im **SGB II** für erwachsene Kinder unter 25 Jahre, die mit ihren Eltern in Bedarfsgemeinschaft leben.

Zu Inhalt und Zusammensetzung der Regelsätze siehe *Widerspruch e.V. - Leitfaden 2017, Seiten 18 / 205*.

Auch die Mehrbedarfs-Zuschläge, die sich an den Regelsätzen orientieren, ändern sich nicht:

Mehrbedarfszuschläge			[§ 21 SGB II / § 30 SGB XII]	
	% vom persönlichen Regelsatz		Das sind beim Regelsatz von ...	
<i>Für</i>			<i>... 563 € :</i>	
Schwangere ab 13. Schwangerschaftswoche (bis Ende Endbindungsmonat*)	17 %		95,71 €	
Alleinerziehende mit 1 Kind unter 7 Jahren bzw. 2 oder 3 Kindern unter 16 Jahre	Variante a) 36 %		202,68 €	
Alleinerziehende mit mehr als 3 Kindern oder wenn Variante a) nicht zutrifft	Variante b) 12 % je Kind (max. 60 %)		je Kind 67,56 € (höchstens 337,80 €)	
Behinderte Leistungsberechtigte ab 15 Jahre, die Leistung zur Teilhabe am Arbeitsleben nach § 49 SGB IX / § 112 SGB IX (neu) erhalten	35 %		197,05 €	
Nicht-Erwerbsfähige mit Merkzeichen „G“ im Schwerbehindertenausweis	17 %		95,71 €	
Kostenaufwendige Ernährung wegen Krankheit	je nach Krankheit		56,30 € oder 112,60 €	
Atypische Mehrbedarfe			siehe Leitfaden 2017, Seite 27	

*Neu seit 1.1.2021 - bis dahin wurde der Zuschlag nur bis zum Tag der Entbindung gezahlt.

Bei dezentraler Warmwassererzeugung (z.B. über Durchlauferhitzer oder Gas-Kombitherme) gibt es folgende Mehrbedarfe: (siehe auch *Widerspruch e.V. - Leitfaden 2017, Seite 42*).

Mehrbedarf für dezentrale Warmwassererzeugung			[§ 21 (7) SGB II / § 30 (7) SGB XII]		
	% vom persönlichen Regelsatz		1.1.2022	1.1.2023	2024 / 2025
			€	€	€
1) Alleinstehende und Alleinerziehende	2,3	10,26	11,55	12,95	
2) Partner, wenn beide volljährig sind, jeder	2,3	9,22	10,37	11,64	
3) Haushaltsangehörige ab 18 Jahre	2,3	8,21	9,25	10,37	
4) Kinder von 14 bis 17 Jahre	1,4	5,22	5,88	6,59	
5) Kinder von 6 bis 13 Jahre	1,2	3,71	4,18	4,68	
6) Kinder von 0 bis 5 Jahre	0,8	2,26	2,54	2,86	

Regelsätze 2026 im Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG)

Nach der Kürzung in 2025 werden die Regelsätze nach [§ 3a](#) AsylbLG zum **1. Januar 2026** wieder leicht **angehoben**:

AsylbLG - Grundleistung						[§§ 3 und 3a AsylbLG]
gültig ab		2024	2025	1.1.2026		
für	Stufe	Gesamt	Gesamt	Grund-Bedarf	Persönlicher Bedarf	Gesamt
Alleinstehende und Alleinerziehende	1	460,--	441,--	252,--	202,--	455,--
Partner, jeder *	2	413,--	397,--	227,--	182,--	409,--
Haushaltsangehörige 18 - 25 Jahre **	3	368,--	353,--	202,--	163,--	365,--
Kinder von 14 bis 17 Jahre	4	408,--	391,--	267,--	138,--	405,--
Kinder von 6 - 13 Jahre	5	341,--	327,--	202,--	135,--	337,--
Kinder von 0 bis 5 Jahre	6	312,--	299,--	179,--	130,--	309,--

* Die Stufe **2** (für Partner) galt seit Änderung des AsylbLG 2019 auch für erwachsene Alleinstehende, die in einer Gemeinschaftsunterkunft leben. Das verstößt laut Beschluss des Bundesverfassungsgerichtes vom 15.10.2022 (Az. [1 BvL 3/21](#)) gegen das Grundgesetz.

** Die Stufe **3** gilt seit 2019 für Kinder unter 25 Jahre, die mit ihren Eltern in einer Wohnung leben und für erwachsene Personen in einer stationären Einrichtung.

Nicht in den AsylbLG-Regelsätzen enthalten, sondern seit 2019 bei Bedarf zusätzlich zu beantragen, sind

- Kosten bzw. Mehrbedarf bei **dezentraler Warmwasserversorgung**, (siehe umseitige Tabelle)
- Kosten für Ersatzbeschaffung/Reparatur von Wohnungseinrichtung und Haushaltsgeräten (ca. 30 € mtl. im SGB II bei RS Stufe 1),
- Kosten der **Wohnungsinstandhaltung** (ca. 2 € mtl.) und für **Haushaltsenergie** (ca. 40 € mtl. im SGB II bei RS Stufe 1).

Analogleistungen SGB XII nach § 2 AsylbLG werden seit März 2024 erst nach 36 Monaten gezahlt (2019: nach 18 Monaten).

„Bildungspaket“ (BuT)

Die Leistung für den **persönlichen Schulbedarf** pro Schuljahr bleibt im Jahr 2026 bei **195,--€** (vorher in 2023: 156,- €); davon werden **65,- €** zum Februar 2026 und **130 €** im Sommer 2026 für das neue Schulhalbjahr gezahlt.

Das **Recht auf Leistungen aus dem Bildungspaket** haben alle Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene (bis 25 Jahre), die Hartz IV, Sozialhilfe (HLU) oder Grundsicherung nach SGB XII, Asylbewerberleistungen, Wohngeld oder Kinderzuschlag beziehen.

Für die einzelnen BuT-Leistungen muss seit 2019 **kein extra Antrag** gestellt werden - es reicht der allgemeine Antrag auf Hartz IV, Grundsicherung, Wohngeld oder Kinderzuschlag. Dies galt wegen „Corona“ auch für Nachhilfeunterricht - zumindest in der Zeit vom 1.7.2021 bis zum 31.12.2023 [§ 28 Abs. 5 SGB II / § 34a Abs. 5 SGB XII].

Nach Stellung (und Bewilligung) des Grundantrages können die einzelnen BuT-Leistungen bei Bedarf beim jeweiligen Amt abgerufen werden. Das ist gegebenenfalls auch nachträglich möglich, bspw. wenn eine Klassenfahrt schon selbst bezahlt wurde.

Einige wichtige Änderungen im SGB II und XII durch das „Bürgergeld-Gesetz“ seit dem 1.1.2023

Wohnkosten [§ 22 + 65 SGB II und § 35 + 42a SGB XII]

Seit 2023 werden bei Neuanträgen im ersten Jahr des Leistungsbezugs die tatsächlichen Wohnkosten übernommen, auch wenn sie als unangemessen teuer gelten (sog. Karenzzeit) - sofern sie nicht bereits vorher vom Amt gekürzt worden waren.

Ab dem 2. Jahr des Leistungsbezugs kann - wie gehabt - die Senkung der Wohnkosten (z.B. durch Umzug) innerhalb von 6 Monaten vom Amt verlangt werden [Kostensenkungsaufforderung - § 22 (1) SGB II / § 35 (1) SGB XII].

Die „Karenzzeit“ betrifft allerdings *nicht* die Heizkosten und sie gilt *nicht* für Personen, die in einer „besonderen Wohnform“ (d.h. in einer Einrichtung) leben.

Einkommens- und Vermögensfreibeträge

Im SGB XII (ab 1.1.2023) und im **SGB II** (ab 1.7.2023): **Erbschaften** gelten nicht mehr als Einkommen, sondern als Vermögen.

Einkünfte aus **Ehrenamt**, Übungsleiterertätigkeit o.ä. bis zu 3.000 € pro Jahr werden nicht mehr als Einkommen angerechnet.

Im SGB II [§ 12 SGB II]:

Jede leistungsberechtigte Person darf **15.000 € Vermögen** besitzen. Das Vermögen ist auf andere Personen in der Bedarfsgemeinschaft übertragbar. Im ersten Jahr des Leistungsbezugs (sog. Karenzzeit) darf die antragstellende Person sogar (noch) 40.000 € Vermögen haben. Alle zur Alterssicherung vorgesehenen Versicherungsverträge sind auch ohne Verwertungsausschluss geschützt. Als **Vermögen** geschützt sind selbstbewohnte **Immobilien** mit einer Größe von bis zu 130 m² bei Eigentumswohnung und 140 m² bei einem Haus, plus 20 m² Wohnfläche für jede weitere Person, wenn im Haushalt mehr als vier Personen leben.

Außerdem zählt ein **Kraftfahrzeug** mit einem Verkehrswert von bis zu 15.000 € zum geschützten Vermögen.

Im SGB XII [§ 90 SGB XII i.V.m VO]:

Jede leistungsberechtigte Person (auch eine minderjährige alleinstehende Person) und deren erwachsene Lebens-/Ehepartner dürfen je **10.000 € Vermögen** haben.

Personen, die von einer SGB XII-berechtigten Person überwiegend unterhalten werden (in der Regel minderjährige Kinder im Haushalt) haben wie bisher nur einen Freibetrag von 500 €.

Außerdem bleibt ein **Kraftfahrzeug** bis zu einem Verkehrswert von 7.500 € nun von der Anrechnung verschont.