

## Regelbedarf - was ist das?

23

Der Regelbedarf deckt den gesamten, für die Sicherung des Existenzminimums notwendigen, Lebensunterhalt einer oder eines Hilfebedürftigen mit Ausnahme der zusätzlichen Bedarfe (z. B. Mehrbedarfe oder Bedarfe für Bildung und Teilhabe) sowie der Bedarfe für Unterkunft und Heizung.

Der Regelbedarf wird als monatlicher Pauschalbetrag gezahlt, über dessen Verwendung die Leistungsberechtigten eigenverantwortlich entscheiden können.

Neben regelmäßig anfallenden Bedarfen u.a. für Lebensmittel sind auch unregelmäßig anfallende Bedarfe für Bekleidung aus dem Regelbedarf zu finanzieren.



## Bürgergeld

## Höhe des Regelbedarfs



Jobcenter Nienburg  
Verdener Straße 21  
31582 Nienburg

Januar 2023

[www.jobcenter-nienburg.de](http://www.jobcenter-nienburg.de)

[@JcNienburg](https://twitter.com/JcNienburg)



## Wie hoch ist der Regelsatz?

Leistungsberechtigte	Regelsatz
Alleinstehende / Alleinerziehende	502 Euro
Paare je Partner / Bedarfsgemeinschaften	451 Euro
Volljährige in Einrichtungen (nach SGB XII)	402 Euro
nicht-erwerbstätige Erwachsene unter 25 Jahre im Haushalt der Eltern	402 Euro
Jugendliche von 14 bis 17 Jahren	420 Euro
Kinder von 6 bis 13 Jahren	348 Euro
Kinder von 0 bis 5 Jahren	318 Euro

## Welche Bedarfe sind im Regelsatz enthalten?

Der Regelsatz des § 20 SGB II setzt sich aus einzelnen Bedarfen der verschiedenen Lebensbereiche zusammen.

Ihre Summe bildet den sogenannten monatlichen Eck-Regelsatz. Dieser beträgt ab dem 1. Januar 2023 insgesamt 502 Euro. Der Eck-Regelsatz fasst die Leistung für einen alleinstehenden, volljährigen Leistungsbedürftigen zusammen.

Einzelposition
Nahrungsmittel, Getränke
Bekleidung, Schuhe
Wohnen, Energie, Instandhaltung (inkl. Strom)
Einrichtungsgegenstände für den Haushalt
Gesundheitspflege (u. a. Eigenanteil Rezepte, freie Medikamente)
Verkehr (u.a. Fahrräder, Zubehör, Reparaturen, Fahrkarten)
Post und Telekommunikation
Freizeit, Unterhaltung, Kultur
Bildungswesen
Beherbergungs- und Gaststättendienstleistungen
Andere Waren und Dienstleistungen