

## Hilfe zum Lebensunterhalt



Hilfe zum Lebensunterhalt nach dem Sozialgesetzbuch XII kann Ihnen zustehen,

- wenn Sie befristet nicht erwerbsfähig im Sinne des Rentenversicherungsträgers sind und
- wenn Sie keine oder keine ausreichende befristete Rente erhalten.

## Basisinformationen

Leistungen zur Absicherung des Lebensunterhalts, die sogenannte Existenzsicherung, sind aufgeteilt auf das SGB II und SGB XII. Erwerbsfähige und ihre Angehörigen erhalten Leistungen nach SGB II. Erwerbsfähig ist, wer unter den üblichen Bedingungen des allgemeinen Arbeitsmarktes mindestens 3 Stunden täglich erwerbstätig sein kann. Befristet nicht Erwerbsfähige erhalten Leistungen nach SGBXII. Die Feststellung der Erwerbsfähigkeit erfolgt durch den Rentenversicherungsträger.

Bezieht der Ehemann/die Ehefrau bzw. der Lebenspartner/die Lebenspartnerin Leistungen nach SGB II, besteht kein Anspruch auf Leistungen nach SGB XII. Es muss dann beim Jobcenter ein Antrag nach SGB II gestellt werden.

Hilfe zum Lebensunterhalt nach SGB XII wird gewährt, wenn der notwendige Lebensunterhalt nicht oder nicht ausreichend aus eigenen Kräften und Mitteln, insbesondere dem Einkommen und Vermögen, beschafft werden kann.

Ab 1.1.2024 gelten folgende Regelbedarfsstufen:

### Regelbedarfsstufe 1

Erwachsene Person, die in einer Wohnung lebt und für die nicht Regelbedarfsstufe 2 gilt: **563 Euro**

### Regelbedarfsstufe 2

Erwachsene Person, wenn sie in einer Wohnung mit Ehe- oder Lebenspartnern oder in ehe- oder lebenspartnerschaftsähnlicher Gemeinschaft lebt: **506 Euro**

### **Regelbedarfsstufe 3**

Erwachsene Person bei Unterbringung in einer stationären Einrichtung: **451 Euro**

### **Regelbedarfsstufe 4**

Jugendliche vom Beginn des 15. bis zur Vollendung des 18. Lebensjahrs: **471 Euro**

### **Regelbedarfsstufe 5**

Kinder vom Beginn des 7. bis zur Vollendung des 14. Lebensjahrs: **390 Euro**

### **Regelbedarfsstufe 6**

Kinder bis zur Vollendung des 6. Lebensjahrs: **357 Euro**

Es können bei Bedarf Mehrbedarfe bewilligt werden, die im Einzelfall beantragt und begründet werden müssen. Weiterhin werden bei Bedarf die angemessenen Kosten für Unterkunft und Heizung bezahlt.

### **Voraussetzungen**

- keine oder keine ausreichende befristete Rente oder sonstige Einkommen oder Vermögen
- stark eingeschränkte Erwerbsfähigkeit oder befristete volle Erwerbsminderung
- gewöhnlicher Aufenthalt in der Bundesrepublik

### **Ablauf**

Der Antrag kann ohne Einhaltung einer Form schriftlich, telefonisch oder auch persönlich gestellt werden. Die erforderlichen Antragsunterlagen müssen dann vollständig und zeitnah nachgereicht werden.

Zur Beantragung der SGB XII Leistungen stellen die Sozialzentren des Amtes für Soziale Dienste ein Antragsformular bereit. Dieses ist in den Sozialzentren erhältlich und wird in der Regel vom Sachbearbeiter/ von der Sachbearbeiterin gemeinsam mit dem Antragsteller/ der Antragstellerin ausgefüllt.

Für Tage vor der Antragstellung können keine Leistungen bewilligt werden.

### **Weitere Hinweise**

Die Hilfe zum Lebensunterhalt wird monatlich als Pauschalleistung im Voraus gezahlt.

## Benötigte Unterlagen

- Belastungsnachweis

Sämtliche Belastungsnachweise, wie z.B.

Mietvertrag inkl. Nachweise der Mietzahlungen,

Nachweis über ggfl. zusätzlich zu zahlende Energiekosten (Strom, Wasser, Gas)

Nachweis der jeweiligen Krankenversicherung, ggfs. Beitragsrechnung etc.,

- Vermögensnachweis

z. B. Sparbücher, Lebensversicherungen, Auto, u.s.w.

- Bankverbindung
- gültiger Personalausweis oder Reisepass (Original, keine Kopie)
- Gültiger Aufenthaltstitel

Bei ausländischer Staatsangehörigkeit. Gegebenenfalls mit Zusatzblatt.

- Einkommens- und Vermögensnachweise des Antragstellers/ der Antragstellerin

Sämtliche Einkommens- und Vermögensnachweise, wie z.B. Rentenbescheide, Unterhaltszahlungen, sonstige Sozialleistungen, Sparbücher, Lebensversicherungen, Auto.

## Zuständige Stellen

- **[Amt für Soziale Dienste Sozialzentrum 1 - Nord - Bereich Soziales](#)**

- +49 421 361 79800
- +49 421 361 7501
- Am Sedanplatz 7, 28757 Bremen
- [Website](#)
- S1-FDS-30@afsd.bremen.de

- **[Amt für Soziale Dienste Sozialzentrum 2 - Gröpelingen / Walle - Bereich Soziales](#)**

- +49 421 361 16892
- +49 421 361 8304
- Hans-Böckler-Straße 9, 28217 Bremen
- [Website](#)
- S2-FDS-30@afsd.bremen.de

- **Amt für Soziale Dienste Sozialzentrum 4 - Süd - Bereich Soziales**
  - +49 421 361 79900
  - +49 421 496-79898
  - Große Sortillienstraße 2 - 18, 28199 Bremen
  - [Website](#)
  - S4-FDS-30@afsd.bremen.de
  
- **Amt für Soziale Dienste Sozialzentrum 5 - Vahr/ Schwachhausen/ Horn-Lehe - Bereich Soziales**
  - +49 421 361 19500
  - +49 421 361 19899
  - Kurfürstenallee 130, 28211 Bremen
  - [Website](#)
  - S5-FDS-30@afsd.bremen.de

## **Gebühren / Kosten**

gebührenfrei

## **Fristen & Bearbeitungsdauer**

### **Welche Fristen sind zu beachten?**

Leistungsgewährung ab Bekanntwerden der Hilfebedürftigkeit

### **Wie lange dauert die Bearbeitung?**

Voraussetzung für die umgehende Bearbeitung ist der vollständig vorliegende Antrag.

## **Rechtsgrundlagen**

- [§§ 27 ff Sozialgesetzbuch Zwölftes Buch \(SGB XII\)](#)

Aktualisiert am 25.08.2025