

Infoblatt für internationale DB-Mitarbeitende

Thema: Sozialleistungen

Stand: Dezember 2025

In Deutschland gibt es verschiedene finanzielle Unterstützungsleistungen vom Staat. Auf manche Leistungen haben zum Beispiel nur Familien oder Menschen mit geringem Einkommen Anspruch. Wir haben hier wichtige Sozialleistungen für Dich zusammengefasst:

Unterstützung für den Lebensunterhalt

Arbeitslosengeld I

Wenn Du Deine Arbeit unverschuldet verlierst und in den 30 Monaten zuvor mindestens 12 Monate gearbeitet hast, kannst Du einen Antrag auf Arbeitslosengeld I stellen. Du bekommst dann einen Anteil Deines vorherigen Gehalts vom Staat ausgezahlt. Wichtig ist, dass Du Dich vorher „arbeitslos“ gemeldet hast. Das kannst Du bei der Bundesagentur für Arbeit in Deiner Kommune tun. Hier findest Du die nächstgelegene Anlaufstelle.

Arbeitslosengeld I erhältst Du je nach Alter und Arbeitszeit für maximal 3 bis 24 Monate. Weitere Informationen zum Arbeitslosengeld I findest Du [hier](#).

Wichtig: Wenn Du Deinen Job selbst gekündigt hast, erhältst Du in den ersten drei Monaten kein Arbeitslosengeld I. Das Ende des Arbeitsverhältnisses muss „unverschuldet“ sein, nur dann bekommt man es direkt.

Bürgergeld (früher Arbeitslosengeld II)

Wenn Du Deine Arbeit verlierst, aber keinen Anspruch auf Arbeitslosengeld I hast, bekommst Du Bürgergeld. Voraussetzung ist, dass Du zwischen 15 Jahren und dem Rentenalter bist und mindestens 3 Stunden pro Tag arbeiten könntest. Auch wenn Du bislang noch nicht in Deutschland gearbeitet hast, kannst Du Bürgergeld bekommen. Die genauen Voraussetzungen und die Antragsformulare findest Du [hier](#).

Bürgergeld wird je nach Kommune vom Jobcenter oder dem Sozialamt ausgezahlt. Die Höhe orientiert sich an einem einheitlichen Regelsatz. Dazu kommt Geld für die Wohnungsmiete und Nebenkosten. Mehr Informationen dazu findest Du unten.

Wichtig: Für das Bürgergeld für Arbeitslose gibt es verschiedene Ausdrücke. Manche sprechen auch von „Grundsicherung“, „Jobcenter-Geld“ oder „Leistungen nach SGB-II“. Früher hieß es auch „Arbeitslosengeld II“. Lass Dich davon nicht verunsichern und frage, wenn Du Dir nicht sicher bist, gerne bei uns nach.

Bürgergeld als Ergänzung zum Lohn

Wenn Du zwar arbeitest, aber nicht genug verdienst, dass es für Dich und Deine Familie reicht, kannst Du „aufstocken“. Das bedeutet, dass Du Bürgergeld ergänzend zu Deinem eigenen Einkommen beantragst. Du bekommst dann nicht den vollen Regelsatz, sondern nur das, was Dir nach Abzug Deines Einkommens noch zusteht.

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Wenn Du zum Beispiel eine chronische Krankheit hast und deshalb nicht mehr als 3 Stunden am Tag arbeiten kannst, oder im Rentenalter bist, kannst Du einen Antrag auf „Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung“ stellen. Die Vorlage findest Du [unter diesem Link](#).

Den Antrag stellst Du beim Sozialamt in Deiner Kommune. Auch hier gilt der Bürgergeld-Regelsatz. Darüber hinaus bekommst Du separate Leistungen zum Beispiel für die Kosten der Wohnung und für die Nebenkosten.

Asylbewerberleistungen

Wenn Du in Deutschland einen Asylantrag gestellt hast, erhältst Du während des Verfahrens und, wenn Du eine Duldung hast oder ausreisepflichtig bist, Asylbewerberleistungen. Auch hierfür musst Du einen Antrag stellen und bekommst dann einen [festgelegten Regelsatz](#). Normalerweise ist das Sozialamt Deiner Stadt oder Kommune zuständig. Dort erhältst Du nähere Informationen und den Antrag.

Wenn Du 18 Monate ununterbrochen in Deutschland warst, wechselst Du von Asylbewerberleistungen in das Bürgergeld.

Unterstützung für die Miete und Einrichtung der Wohnung

Miete für alle, die Bürgergeld bekommen

Wenn Du Bürgergeld erhältst, übernimmt das Jobcenter bzw. das Sozialamt Deine Miete.

Wenn Du eine Wohnung suchst, ist es wichtig, die jeweiligen Grenzen für die Mietkosten zu beachten, die übernommen werden. Die Mietgrenzen sind abhängig von der Kommune, in der Du lebst. Suche am besten im Internet nach „Mietkostengrenze Übernahme Sozialamt“ und Deiner Kommune.

Wenn Du eine Wohnung gefunden hast, schickst Du den Mietvertrag an Deine Ansprechperson beim Jobcenter oder Sozialamt und fragst, ob die Miete übernommen wird. Wenn ja, kannst Du den Mietvertrag unterzeichnen, wenn nicht, nicht – denn dann übernimmt das Amt die Mietkosten nicht.

Wohngeld

Wohngeld können Menschen bekommen, die zwar arbeiten, aber nicht genug verdienen, um die Kosten für die Miete allein zu bezahlen. Mit diesem [Online-Rechner](#) kannst Du prüfen, ob Du Anspruch auf Wohngeld hast.

Wohngeld beantragst Du beim Wohnungsamt Deiner Stadt oder Kommune.

Aufstockende Leistungen vom Jobcenter für Menschen mit niedrigem Einkommen

Wenn Du nicht genügend Einkommen hast, um Wohngeld zu beziehen, kannst Du einen Antrag auf aufstockende Leistungen stellen. Dafür füllst Du den [regulären Antrag auf Bürgergeld](#) für Dich (und Deine Frau oder Deinen Mann und Deine Kinder, wenn Ihr zusammenlebt) aus.

Übernahme der Kautio

Bei Menschen, die Bürgergeld erhalten, zahlt das Jobcenter oder das Sozialamt in der Regel die Kautio der Wohnung direkt an den Vermieter oder gewährt ein Darlehen. Das bedeutet, sie legen das Geld vor und Du kannst es dann in Raten (kleine Beträge in regelmäßigen Abständen) zurückzahlen.

Auch Geringverdienende, die bislang keine staatlichen Leistungen bekommen, können die Übernahme der Kautio beantragen. Dazu müssen sie **vorab** schriftlich einen Antrag beim Jobcenter der Kommune stellen.

Unterstützung für die Erstaussstattung der Wohnung

Wenn Du das erste Mal in Deutschland in eine eigene Wohnung ziehst, hast Du – je nachdem, wie viel Du verdienst – Anspruch auf finanzielle Unterstützung bei der Einrichtung der Wohnung. Dazu musst Du einen „Antrag auf einmalige Leistungen“ beim Jobcenter Deiner Kommune stellen. Das geht in der Regel formlos mit einer E-Mail, in der Du auflistet, was Du alles benötigst (zum Beispiel eine Waschmaschine, zwei Einzelbetten, ein Kühlschrank etc.).

Du bekommst dann vom Jobcenter eine Rückmeldung. Meistens wird ein Termin vereinbart, bei dem ein Mitarbeiter oder eine Mitarbeiterin mit Dir die Liste durchgeht. Manchmal besucht Dich auch jemand und prüft Deine Angaben. Dann bekommst Du entweder für jeden Gegenstand auf Deiner Liste einen Geldbetrag überwiesen oder Gutscheine, mit denen Du Dir die Dinge kaufen kannst.

Tipp: Informiere Dich im Internet – in vielen Städten gibt es Sozialkaufhäuser, bei denen Du günstig Möbel kaufen kannst. Auch auf Plattformen wie E-Bay-Kleinanzeigen werden gebrauchte Einrichtungsgegenstände oft günstig angeboten.

Wichtig: Beachte zum Thema Wohnungssuche am besten auch die Hinweise auf unserem separaten Infoblatt! Wenn das Jobcenter die Übernahme der Kautio oder bestimmter Einrichtungsgegenstände ablehnt, oder es anderweitig Probleme gibt, melde Dich gerne bei uns.

Unterstützung für Familien

Kindergeld

Das Kindergeld ist eigentlich keine Sozialleistungen, denn es erhalten Eltern für alle Kinder mindestens bis zum 18. Geburtstag, unabhängig davon, wieviel sie verdienen. Ausführlich erklären wir die Voraussetzungen und Antragstellung im separaten Infoblatt zum Kindergeld.

Kinderzuschlag

Zusätzlich zum Kindergeld kannst Du bei der Familienkasse den Kinderzuschlag beantragen.

Du erhältst ihn für Kinder, für die auch Kindergeld gezahlt wird, und wenn Du mindestens 900 Euro als Paar beziehungsweise 600 Euro als Alleinerziehende verdienst. Wenn Du Bürgergeld oder Asylbewerberleistungen beziehst, kannst Du keinen Kinderzuschlag bekommen.

Ob Du Kinderzuschlag erhältst und wie hoch er in Deinem Fall ist, wird individuell berechnet. Der Anspruch ergibt sich unter anderem aus der Höhe des Einkommens, der Anzahl an Familienmitgliedern und den Wohnkosten. Nähere Infos und den Antrag findest Du [hier](#).

Elterngeld

Eltern, die arbeiten, können sich nach der Geburt Ihres Kindes für einige Zeit frei nehmen und bekommen dann statt ihrem Lohn Geld vom Staat. Dabei können sie zwischen verschiedenen Varianten (Basiselterngeld, ElterngeldPlus, Partnerschaftsbonus) wählen. Bei manchen bleibt nur ein Elternteil zuhause, bei manchen teilen sich die Eltern die Zeit auf. Hier findest Du Informationen zu den verschiedenen Varianten und zur Beantragung in Deinem Bundesland.

Unterstützung für Studierende und Auszubildende

Bafög

Bafög soll es Jugendlichen ermöglichen, eine Ausbildung oder ein Studium zu absolvieren, auch wenn die Eltern die Ausbildungs- oder Studienkosten nicht zahlen können. Gefördert wird die erste Ausbildung an einer berufsbildenden Schule oder einer Hochschule. Beim Bafög werden 50 Prozent der Leistungen als Zuschuss vom Staat gezahlt, die anderen 50 Prozent erhält man als Darlehen und muss sie später ohne Zinsen zurückzahlen.

Ob man Bafög beantragen kann, ist unter anderem vom aufenthaltsrechtliche Status, dem Alter und dem Einkommen der Eltern abhängig. Zum Beispiel können Menschen, die Asylbewerberleistungen beziehen, kein Bafög erhalten. Weitere Informationen erhältst Du [hier](#).

Berufsausbildungsbeihilfe

Unter bestimmten Bedingungen fördert die Bundesagentur für Arbeit Menschen, die eine Berufsausbildung machen. Das kann zum Beispiel sein, wenn sie für die Ausbildung umziehen müssen. Alle Informationen zu den Voraussetzungen und der Antragstellung findest Du [hier](#).

WICHTIG: Im Einzelfall können immer weitere Regeln oder Ausnahmen gelten. Bitte lass' Dich von Deiner Arbeitgeberin, uns oder anderen Fachstellen beraten.

Wenn Du Beratung zu diesen oder weiteren Themen brauchst, helfen wir Dir gerne weiter.

Hotline: 069-809076 288 – E-Mail: suki@stiftungsfamilie.de