

Inhalt

Einführung	13
Meinungen und Kommentare zu Hartz IV	23
Hartz IV und die neue Grundsicherung	27
Wer hat Anspruch auf	
Arbeitslosengeld II (ALG II)	28
Was heißt »erwerbsfähig«?	28
Was heißt »hilfebedürftig«?	29
Wer gehört denn nun konkret zum	
berechtigten Personenkreis?	30
Wer ist vom Bezug der Hartz-IV-Leistungen	
grundsätzlich ausgeschlossen?	32
Die »Bedarfsgemeinschaft« –	
ein zentraler Begriff im SGB II	33
Die sogenannte »Einstehengemeinschaft«	34
Was ist eine Haushaltsgemeinschaft?	36
Bedarfs-, Haushalts- und Wohngemeinschaften	37
Wer bekommt wie viel?	41
Die Regelleistung	41
Was zur Regelleistung hinzukommt	43
<i>Leistungen für Unterkunft und Heizung</i>	44
<i>Leistungen für Mehrbedarfe bei Lebensunterhalt</i>	
<i>und Ernährung</i>	57
<i>Leistungen für einmaligen Bedarf</i>	62
<i>Bildungspaket für Kinder und Jugendliche</i>	63

<i>Kranken- und Pflegeversicherung</i>	64
<i>Rentenversicherung</i>	65
<i>Mögliche Leistungen in Form von Darlehen</i>	66
Wie Sie Ihr Einkommen und Vermögen sichern und Freibeträge nutzen	70
<i>Was gilt als Einkommen, was als Vermögen?</i>	71
<i>Was zum Einkommen zählt</i>	71
<i>Was u.a. nicht zum Einkommen gehört</i>	71
<i>Was zum Vermögen zählt</i>	74
Welche Freibeträge stehen Ihnen zu?	77
<i>Vermögensfreibeträge</i>	85
<i>Weitere Freibeträge</i>	86
Haushaltseinkommen mit ALG II: Musterrechnungen	88
Der Antrag auf ALG II	94
<i>Wo Sie den Antrag erhalten</i>	94
<i>Was Sie vorab beachten sollten</i>	96
<i>So füllen Sie den Antrag auf ALG II (richtig) aus</i>	102
<i>Persönliche Daten des Antragstellers/der Antragstellerin</i>	103
<i>Persönliche Verhältnisse der mit dem Antragsteller/der Antragstellerin in einer Bedarfsgemeinschaft lebenden weiteren Personen</i>	106
<i>Leistungen für besondere Mehrbedarfe</i>	108
<i>Einkommensverhältnisse des Antragstellers/der Antragstellerin und der in der Bedarfsgemeinschaft lebenden Personen</i>	109

<i>Vermägensverhältnisse des Antragstellers/der Antragstellerin und der in der Bedarfsgemeinschaft lebenden Personen</i>	110
<i>Vorrangige Ansprüche</i>	112
<i>Ansprüche gegenüber Dritten</i>	113
<i>Angaben zur Sozialversicherung</i>	114
<i>Wohnverhältnisse bzw. angemessene Kosten für Unterkunft und Heizung</i>	115
<i>Angaben überprüfen und unterschreiben</i>	116
Was kann ich von der Behörde erwarten, was erwartet die Behörde von mir?	117
<i>Schwarz auf weiß – die Eingliederungsvereinbarung</i> ..	119
<i>Einige Maßnahmen im Detail</i>	122
Eine unselige Pflicht: Sie müssen jede zumutbare Arbeit annehmen!	125
Sonderfall: Ein-Euro-Jobs	127
Leistungskürzungen	130
Wie Sie sich wehren können	134
Der Widerspruch	134
<i>Beantragen Sie eine einstweilige Anordnung</i>	135
Der nächste Schritt – die Klage	136
Hartz IV: die wichtigsten Begriffe von A bis Z	139
Die Situation des Hartz-IV-Empfängers	151
Trotzdem fit bleiben – was Sie tun können	157
Nutzen Sie die Energien, die in Ihnen stecken	170

Hilfen bei Stress und Belastung	
Was wir für unsere Gesundheit tun können	175
Weiterführende Literatur zum mentalen Training:	180
Tipps für den kleinen Geldbeutel	185
Das soziale Konzept der »Tafel«	185
<i>Wie die »Tafeln« entstanden</i>	186
<i>Entwicklung der »Tafel«</i>	187
<i>Organisation und Finanzierung der »Tafel«</i>	189
Kleiderkammern	190
Günstig kaufen und verkaufen im Internet –	
<i>eine kurze Einführung in eBay</i>	192
<i>Voraussetzungen</i>	193
<i>Anmeldung</i>	193
<i>Einloggen/Ausloggen</i>	194
<i>Auktionen verwalten mit »Mein eBay«</i>	194
<i>Auf einen Artikel bieten und kaufen</i>	195
<i>Einen Artikel verkaufen</i>	201
Anhang	205
Musterbriefe	206
Literaturhinweise und -empfehlungen	219
Informationen der Bundesagentur	220
Nützliche Internetadressen	220
Gerichtsurteile zu Hartz IV	221
Von A bis Z	222

Interviews mit Betroffenen

Für dieses Buch wurden mündlich und per E-Mail mehrere Interviews mit Hartz-IV-Betroffenen geführt, aus denen im Text zitiert wird. Im kompletten Wortlaut sind die Interviews auf den nachstehend genannten Seiten zu finden.

Interview mit Fred K., 45 Jahre alt, ausgebildeter Industriekaufmann	39
Interview mit Claudia M., 28 Jahre alt, Grafikerin	67
Interview mit Susanne K., 27 Jahre alt, ehemalige Hartz-IV-Empfängerin	144
Interview mit Natascha W., 23 Jahre alt, Hartz-IV-Empfängerin	166