

19. Anhang

**Anhang 1
Regelleistungen**

Der Warenkorb nach dem SGB II monatlich

		allein Stehend e	Ehepartner	Kinder 14-18 J	Kinder bis 14. J..
Art des Bedarfs	%	100% 351,00 €	90% 315,90 €	80% 280,80 €	60% 210,60 €
Nahrungsmittel, Getränke, Tabakwaren	37%	129,87 €	116,88 €	103,90 €	77,92 €
Bekleidung und Schuhe	10%	35,10 €	31,59 €	28,08 €	21,06 €
Wohnung ohne Mietkosten, (Strom, Gas, Instandhaltung der Wohnung)	8%	28,08 €	25,27 €	22,46 €	16,85 €
Möbel, Geräte und Ausrüstungen für den Haushalt sowie deren Instandhaltung	7%	24,57 €	22,11 €	19,66 €	14,74 €
Gesundheitspflege	4%	14,04 €	12,64 €	11,23 €	8,42 €
Verkehr	4%	14,04 €	12,64 €	11,23 €	8,42 €
Nachrichtenübermittlun g (Telefon, Fax, Briefpost u.ä.)	9%	31,23	28,11	24,98	18,74
Freizeit, Unterhaltung und Kultur	11%	38,61 €	34,75 €	30,89 €	23,17 €
Beherbergungs- und Gaststättenleistungen	2%	7,02 €	6,32 €	5,62 €	4,21 €
Sonstige Waren und Dienstleistungen	8%	28,08 €	25,27 €	22,46 €	16,85 €

Anhang 2

Angemessene Kosten der Unterkunft (KdU)

Höchstbetrag für die Kaltmiete in €

Zahl der Personen im Haushalt	Wohnfläche in qm	Höchstbetrag für die Kaltmiete in €		
		Raum Singen/Westl. Hegau	Seenaher Gemeinden	Raum Stockach
1	45	245	300	245
2	60	330	365	330
3	75	390	435	390
4	90	455	520	455
5	100	520	625	520
Mehrbetrag für jede weitere Person	15	65	75	65

Raum Singen/Westl. Hegau: Aach, Büsingen, Egen, Gailingen, Hilzingen, Mühlhausen-Ehingen, Rielasingen-Worblingen, Singen, Steißlingen, Volkertshausen, Tengen

Seenaher Gemeinden: Allensbach, Bodman-Ludwigshafen, Gaienhofen, Moos, Öhningen, Radolfzell, Reichenau, Eigeltingen, Hohenfels, Mühlingen, Orsingen-Nenzingen, Stockach

Zimmer	Warmmiete in €
Unmöblierte Zimmer ohne Nutzung von Gemeinschaftsräumen wie Küche, Bad/Dusche u.ä.	150
Unmöblierte Zimmer mit Nutzung von Gemeinschaftsräumen wie Küche, Bad/Dusche u.ä.	200
Möblierte Zimmer ohne Nutzung von Gemeinschaftsräumen wie Küche, Bad/Dusche u.ä.	200
Möblierte Zimmer mit Nutzung von Gemeinschaftsräumen wie Küche, Bad/Dusche u.ä.	250

Leitlinien zu Speiseplanung

- gesunde Mischkost
- fünf Mahlzeiten täglich
- kräftiges Frühstück
- ausreichend trinken
- täglich 2 x Obst und 3 x Gemüse (einmal gekocht, 2 x roh)
- saisonale Warenangebote nutzen – Wochenmarkt!
- Vollwertprodukte einbauen – Brot/Nudeln/Reis/Bratlinge
- gutes Öl verwenden – Rapsöl zum Braten, kaltgepresste Öle für Salate – Plattenfette vermeiden

Frühstück – wichtigste Mahlzeit zum Start in den Tag

Abwechslung:

- verschiedene Brotsorten
- Butter, Margarine, Frischkäse, Quark als Streiche
- magere Wurst, Käse, Ei
- Müsli selbstgemacht mit Joghurt und Früchten
- Rohkost und Obst anbieten

Nutella und fertige Flakes nur ein bis zweimal pro Woche: zu hoher Fett- bzw. Zuckeranteil. Decken sie den Frühstückstisch schon abends, dann geht's morgens schneller! Stehen Sie 10 Minuten früher auf, so beginnt der Tag ruhig, nicht hektisch!

Zwischenmahlzeiten – wichtig, damit der Blutzuckerspiegel nicht zu weit absinkt – vormittags und nachmittags. Je nach Frühstücksumfang mehr oder weniger reichhaltig.

- Obst: Banane, Apfel, Ananasstücke ... etc.
- Joghurt, Kefir, Buttermilch – möglichst Natur
- Vollkornbrot mit Käse gibt neue Power!
- auch mal ein bisschen was Süßes ist erlaubt!

Mittagessen – Treffpunkt der Familie – soziale Kontakte

- Speiseplan wöchentlich erstellen (dann abheften) – Vorgabe: 2x Fleisch, 1x Fisch, 1x Süßspeise, 1x Auflauf, 1x Suppen-/Eintopfgerichte, 1x vegetarisch
- abwechselnd als Beilage Nudeln, Kartoffeln, Reis, Knödel, Bratlinge, gekochter Weizen/Dinkel

Abendessen – spätestens 2 h vor dem Schlafengehen

Die Lebensmittel Essen, die am Tag zu kurz gekommen sind

- immer Rohkost und Obst anbieten
- Milchprodukte, Käse, Quark
- Brotsorten variieren – mal selber backen
- Wurst reduzieren

Anhang 4

Haushaltsplan

Privates Budget

Einkommen	Monatlicher Betrag	Eingehalten
Nettoeinkommen		
Kapitalanlage		
Zinsen		
Sonstiges		
Gesamteinkommen		

Feste Kosten	Monatlicher Betrag	Eingehalten
Miete oder Hypothek		
Auto – Unterhalt und Wartung		
Zahlungen für Kreditkarten		
Telefon		
Strom, Wasser, Heizung/Gas		
Steuern		
Kinderpflegegeld		
Kabelfernsehen/Rundfunk		
Personen- und Sachversicherung		
Sonstiges		
Summe der festen Kosten		

Variable Kosten	Monatlicher Betrag	Eingehalten
Lebensmittel		
Kleidung		
Fahrtkosten (Bus, Zug, Auto & Taxi)		
Urlaub		
Ausbildung		
Kinderbetreuung		
Sonstiges		
Summe der variablen Kosten		

Summe der festen und variablen Kosten:

Saldo der Einnahmen und Ausgaben:

Anhang 5

Vergünstigungen durch den Sozialpass Singen

Stadtlinienvorkehr

Inhaber des Passes fahren zum ermäßigten Fahrpreis. Das bedeutet:

Ermäßigt	von	auf
Einzelfahrschein	1,70 €	0,80 €
Monatskarte	29,00 €	21,75 €
Mehrfahrtenkarte	15,30 €	7,20 €
Tageskarte	4,00 €	2,00 €
Nachtlinie Singen	☎ 07731/ 6 99 33	

Kultur & Touristik

Marktpassage ☎ 07731/85 262
August-Ruf-Str. 13
78224 Singen

Aachbad

Ermäßigung beim Kauf von Eintrittskarten:

Ermäßigt	von	auf
Einzelkarte	3,60 €	2,40 €
Mehrfachkarte (10er)	33,00 €	22,00 €
Saisonkarte	69,00 €	46,00 €
Jahreskarte	150,00 €	100,00 €

Hallenbad

Ermäßigung beim Kauf von Eintrittskarten:

Ermäßigt	von	auf
Einzelkarte	3,00 €	2,00 €
Mehrfachkarte (10er)	27,00 €	18,00 €
Mehrfachkarte (30er)	69,00 €	42,00 €
Saisonkarte	81,00 €	54,00 €
Jahreskarte	150,00 €	100,00 €

Schule, Sport- und Bäder Abteilung

Rathaus Singen

Hohgarten 2 ☎ 07731/ 8 53 36
Zimmer 303
Kartenverkauf an der Bäderkasse

Kulturangebote der Stadt Singen

Ermäßigung beim Kauf von Eintrittskarten für:

Konzerte	50 %
Theatervorstellung	20 %

Kultur & Touristik

Marktpassage
August-Ruf-Str. 13 ☎ 07731/ 8 52 62
78224 Singen

Regionale Volkshochschule Konstanz - Singen

Ermäßigung bei Kursen und Seminaren:

Bei einer Kursgebühr

bis 25,- €	25 %
bis 50,- €	30 %
bis 75,- €	35 %
bis 100,- €	40 %
über 100,- €	50 %

Regionale Volkshochschule

Theodor-Hanloser-Str. 19
78224 Singen ☎ 07731/ 9 58 10

Stadt Stockach, Schulessen

Die Stadt Stockach subventioniert das Schulessen für alle Schüler die Leistungen nach dem SGB II (Hartz IV) erhalten. Auskünfte geben die Sekretariate der Schulen. Der Eigenanteil der Schüler beträgt 1,50€

Anhang 6

Ausnahmen bilden das so genannte Schonvermögen:

a) Vermögen, das aus öffentlichen Mitteln zum Aufbau einer Lebensgrundlage oder zur Gründung eines Hausstandes gewährt wurde, etwa Leistungen nach dem Lastenausgleichsgesetz

b) die sog. Riester-Rente

c) Vermögen, das zur baldigen Beschaffung oder Erhaltung eines Hausgrundstücks angesammelt wurde und dieses Haus zu Wohnzwecken Behinderter, Blinder und Pflegebedürftiger dient oder dienen soll und dieser Zweck ansonsten gefährdet wäre

d) ein angemessener Hausrat. Hierbei sind die bisherigen Lebensverhältnisse des Sozialhilfeempfängers zu berücksichtigen. Nur Luxusgegenstände müssen verwertet werden.

e) Gegenständen, die zur Aufnahme oder Fortsetzung der Berufsausbildung oder der Erwerbstätigkeit unentbehrlich sind, also z.B. Arbeitsgeräte, Fachliteratur, Büromöbel bei selbstständiger Erwerbstätigkeit. Dazu kann auch ein PKW gehören, wenn die Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln nicht möglich oder unzumutbar ist.

f) Familien- oder Erbstücke, deren Veräußerung eine besondere Härte bedeuten würde; dieser Tatbestand ist auf besondere Ausnahmefälle beschränkt.

g) Gegenstände, die zur Befriedigung geistiger, insbesondere wissenschaftlicher oder künstlerischer Bedürfnisse dienen und deren Besitz nicht Luxus ist

h) ein angemessenes Hausgrundstück, das vom Hilfesuchenden oder einer anderen in den § 19 Abs. 1 bis 3 SGB II genannten Person allein oder zusammen mit Angehörigen ganz oder teilweise bewohnt wird und nach ihrem Tod von ihren Angehörigen bewohnt werden soll.

Angemessen sind dabei nach herrschender Meinung z.B. Familieneigenheime und Eigentumswohnungen mit einer Wohnungsgröße von 120 bis 130 m².

i) Vermögenswerte sind nicht einzusetzen, wenn die Verwertung eine Härte bedeuten würde. Dies ist eine Ausnahmeregelung und greift nur in sehr seltenen Fällen.

j) In Ausnahmefällen kann von einer Vermögensverwertung abgesehen werden und ein Darlehen vom Sozialhilfeträger gewährt werden.

Anhang 7

Cineplex – Singen – Preisliste

Eintritts- preise	Montag Dienstag Donnerstag	Freitag Samstag Sonntag Feiertag	DIENSTAG Super-Kino- Tag	MONTAG Schüler & STUDI Tag	Donners- tag LADY'S DAY
Parkett	6,00*	7,00*	4,00*	4,50	4,50
Kinder unter 12 Jahren vor 10 Uhr	4,50	4,50	3,00		
Familien- kino vor 10 Uhr	6,00	6,00	4,00		
SNEAK PREVIEW € 3,50*					
Logenzuschlag für Erwachsene € 1,00 (gilt nicht für Schüler am Studi-Tag + Lady's Day + Familienkino)					
CineCard- Ermäßigung € 0,50 auf alle Eintrittspreise mit*			Familienkino Gilt für Eltern und Ihre Kinder unter 18 Jahren beim Besuch der gleichen Vorstellung		
(Alle Preise gelten pro Person!)					

Schwerbehinderte mit Eintrag „B“ im Ausweis → Begleitperson frei (Über 18 Jahre)

Anhang 8

Kundenkarte der Singener Tafel e.V.

Um in der Singener Tafel einkaufen zu können, wird eine Kundenkarte benötigt. Diese Kundenkarte ermöglicht den Besuch der Singener Mittagstische und der Konstanzer, Stockacher und Engener Tafelläden. Eine Kundenkarte erhalten Haushalte, deren gesamtes Nettoeinkommen nicht über den folgenden Grenzen liegt:

Eckdaten zur Kundenkarte der Singener Tafel e.V.

Zahl der zum Haushalt zählenden Familienmitglieder	Nettoeinkommensgrenze (ohne Kindergeld)
1	900,- €
2	1.180,- €
3	1.380,- €
4	1.580,- €
5	1.780,- €
6	1.980,- €

Kundenkarten werden in den Tafelläden ausgestellt.

Die Gültigkeit von Kundenkarten ist mit einem Jahr begrenzt.

Entsprechende Bescheide über ALG II, Grundsicherung, Lohnzahlungen, Mieteinnahmen, Renten etc. sind vorzulegen. Eine Einsichtnahme ist ausreichend.

In besonderen Fällen (Härtefällen) bitten wir Sie, Ihr Anliegen direkt mit der Ladenleitung (Sylvia Betz in Singen) oder mit dem Vorstand (Udo Engelhardt, Singen und Stockach) zu besprechen.

Anhang 9

Mehrbedarf für eine kostenaufwendige Ernährung

Die nachfolgende Aufstellung richtet sich nach den Empfehlungen des Deutschen Verein für öffentliche und private Fürsorge (DV)

Art der Erkrankung	Krankenkost/Kostform	Krankenkostzulagen
Colitis ulcerosa (mit Geschwürlbildungen einhergehende Erkrankung der Dickdarmschleimhaut)	Vollkost	25,56 €
Diabetes mellitus Typ I intensivierte konventionelle Insulintherapie	Vollkost	25,56 €
Diabetes mellitus Typ I konventionelle Insulintherapie	Diabeteskost	51,13 €
Diabetes mellitus Typ II a	Diabeteskost	51,13 €
HIV-Infektion/AIDS	Vollkost	25,56 €
Hyperlipidämie (Erhöhung der Blutfettwerte)	Lipidsenkende Kost	35,79 €
Hypertonie (Blutdruckerhöhung im großen Kreislauf)/kardiale oder renale Ödeme (Gewebswasseransammlungen bei Herz- oder Nierenkrankheiten)	Natriumdefinierte Kost	25,56 €
Hyperurikämie (Erhöhung der Harnsäure im Blut)/Gicht (Erkrankung durch Harnsäureablagerungen)	Purinreduzierte Kost	30,68 €
Krebs (bösartiger Tumor)	Vollkost	25,56 €
Leberinsuffizienz (Leberversagen)	Eiweißdefinierte Kost	30,68 €
Morbus Crohn (Erkrankung des Magen-Darmtrakts mit Neigung zur Bildung von Fisteln und Verengungen)	Vollkost	25,56 €
Multiple Sklerose (degenerative Erkrankung des Zentralnervensystems, häufig schubweise verlaufend)	Vollkost	25,56 €
Neurodermitis (Überempfindlichkeit von Haut und Schleimhäuten auf genetischer Basis)	Vollkost	25,56 €
Niereninsuffizienz (Nierenversagen)	Eiweißdefinierte Kost	30,68 €
Niereninsuffizienz mit Hämodialysebehandlung	Dialysediät	61,36 €
Ulcus duodeni (Geschwür im Zwölffingerdarm)/Ulcus ventriculi (Magengeschwür)	Vollkost	25,56 €
Zöliakie /Sprue (Durchfallerkrankung bedingt durch Überempfindlichkeit gegenüber Klebereiweiß)	Glutenfreie Kost	66,47 €

Anhang 10

Unterhaltsvorschuss für allein Erziehende

Landratsamt Konstanz, Kreisjugendamt

Außenstelle Radolfzell

Ansprechpartnerinnen

Frau Konrad  07531/ 800 – 20 64

Frau Rau  07531/ 800 – 23 07


Waldstr. 28


78315 Radolfzell

Anhang 11

Leistungen nach dem SGB XII „Grundsicherung und Sozialhilfe“

Ansprechpartnerinnen für Singen


Frau Bredenbourg  07531/ 800 – 16 77 (A – G)


Frau Bergau  07531/ 800 – 16 79 (H – K)


Frau Küppert  07531/ 800 – 16 24 (L – R)

Frau Balbach  07531/ 800 – 16 25 (S – Z)

Ansprechpartnerinnen für Radolfzell

Frau Küppert  07531/ 800 – 16 24 (A – G)

Frau Blendin  07531/ 800 – 16 23 (H – N)

Frau Graf  07531/ 800 – 16 33 (O – Z)