



Infoblatt

Überblick zu den Kosten der Unterkunft und Heizung im Rahmen der Leistungsgewährung nach dem SGB XII ab 01.07.2026

Der Landkreis Märkisch-Oderland differenziert die angemessene Bruttokaltmiete in 3 örtlich unterschiedliche Vergleichsräume:

Vergleichsraum	Kommune
Ost	gesamter Landkreis Märkisch-Oderland (mit Ausnahme der nachfolgenden Zuordnungen)
Mitte	Altlandsberg Amt Märkische Schweiz Rüdersdorf bei Berlin Strausberg
West	Fredersdorf/Vogelsdorf Hoppegarten Neuenhagen bei Berlin Petershagen/Eggersdorf

Unterkunft und Heizung

Bedarfe für die Unterkunft und Heizung werden in tatsächlicher Höhe anerkannt, soweit diese angemessen sind. Die Übernahme unangemessener Kosten der Unterkunft und Heizung erfolgt in tatsächlicher Höhe (mit Deckelung der Kosten der Unterkunft auf das 1,5-fache der angemessenen Bruttokaltmiete), in der Regel längstens für 6 Monate.

Die Kosten der Unterkunft können als angemessen angesehen werden, sofern die in der nachstehenden Tabelle aufgeführten Angemessenheitswerte zur Bruttokaltmiete in den einzelnen Vergleichsräumen nicht überschritten werden.

Ist meine Wohnungsgröße angemessen?

Es werden folgende Wohnflächen als angemessene Höchstgrenzen anerkannt:

- Alleinstehende bis zu 50 m²
- Haushalt mit 2 Personen bis zu 65 m²
- Haushalt mit 3 Personen bis zu 80 m²
- Haushalt mit 4 Personen bis zu 90 m²
- Jede weitere Person zusätzlich bis zu 10 m²

Ist meine Miete einschließlich der Nebenkosten angemessen?

Die folgenden Mietobergrenzen für Bruttokaltmieten (Nettokaltmiete einschließlich der kalten Nebenkosten) gelten als angemessen für die jeweiligen Vergleichsräume und Anzahl der Personen.

Angemessenheitsgrenzen für die Bruttokaltmiete in €						
Bedarfsgemeinschaft (BG) mit ... Personen	1 Pers. ≤ 50 m ²	2 Pers. ≤ 65 m ²	3 Pers. ≤ 80 m ²	4 Pers. ≤ 90 m ²	5 Pers. ≤ 100 m ²	Jede weitere Person
Vergleichsraum Ost	440,00	550,00	680,00	780,00	880,00	88,00
Vergleichsraum Mitte	610,00	760,00	1.010,00	1.130,00	1.390,00	139,00
Vergleichsraum West	660,00	840,00	1.110,00	1.310,00	1.500,00	150,00

Werden meine Nebenkosten für die Mietwohnung übernommen?

Die Nebenkosten werden im Rahmen der angemessenen Bruttokaltmiete berücksichtigt.

Werden meine Heizkosten bezahlt?

Ja, soweit sie angemessen sind.

Die Tabellen stellen die Grenzwerte für die Angemessenheit inklusive Warm-Wasser-Erzeugung dar.

Die Tabelle stellt die Grenzwerte für die Angemessenheit der Heizkosten in Bezug auf den Preis dar. Werte für angemessene Heizkosten in € (gerechnet auf 12 Abschlagsmonate)								
Gebäude- fläche in m²	Energieträger	Preis pro m² im Jahr in €	1-Pers.- BG mtl.	2-Pers.- BG mtl.	3-Pers.- BG mtl.	4-Pers.- BG mtl.	5-Pers.- BG mtl.	zusätzl. Pers. mtl.
Wohnungs- größe in m²			50	65	80	90	100	10
0 - 150	Erdgas	23,21	96,71	125,72	154,73	174,08	193,42	19,34
	Heizöl	26,11	108,79	141,43	174,07	195,83	217,58	21,76
	Fernwärme	32,51	135,46	176,10	216,73	243,83	270,92	27,09
	Wärmepumpe	21,11	87,96	114,35	140,73	158,33	175,92	17,59
150 - 250	Erdgas	21,01	87,54	113,80	140,07	157,58	175,08	17,51
	Heizöl	21,81	90,88	118,14	145,40	163,58	181,75	18,18
	Fernwärme	28,71	119,63	155,51	191,40	215,33	239,25	23,93
	Wärmepumpe	19,81	82,54	107,30	132,07	148,58	165,08	16,51
250 - 500	Erdgas	22,31	92,96	120,85	148,73	167,33	185,92	18,59
	Heizöl	22,01	91,71	119,22	146,73	165,08	183,42	18,34
	Fernwärme	29,51	122,96	159,85	196,73	221,33	245,92	24,59
	Wärmepumpe	19,71	82,13	106,76	131,40	147,83	164,25	16,43
> 500	Erdgas	21,51	89,63	116,51	143,40	161,33	179,25	17,93
	Heizöl	22,21	92,54	120,30	148,07	166,58	185,08	18,51
	Fernwärme	25,71	107,13	139,26	171,40	192,83	214,25	21,43

Ist der Preis unangemessen hoch, wird bei der Angemessenheitsbetrachtung auch auf die Verbrauchswerte nach HK-Spiegel abgestellt. Damit sollen mögliche Preissteigerung bei immer noch angemessenem Verbrauch berücksichtigt werden.

Die Tabelle stellt die Grenzwerte für die Angemessenheit der Heizkosten in Bezug auf den Verbrauch dar. Werte für angemessene Heizkosten in kWh (gerechnet auf 12 Abschlagsmonate)								
Gebäude- fläche in m²	Energieträger	angem. Verbrauch pro m²/Jahr in kWh	1-Pers.- BG mtl.	2-Pers.- BG mtl.	3-Pers.- BG mtl.	4-Pers.- BG mtl.	5-Pers.- BG mtl.	zusätzl. Pers. mtl.
Wohnungs- größe in m²			50	65	80	90	100	10
0 - 150	Erdgas	208,00	866,67	1.126,67	1.386,67	1.560,00	1.733,33	173,33
	Heizöl	264,00	1.100,00	1.430,00	1.760,00	1.980,00	2.200,00	220,00
	Fernwärme	192,00	800,00	1.040,00	1.280,00	1.440,00	1.600,00	160,00
	Wärmepumpe	83,00	345,83	449,58	553,33	622,50	691,67	69,17
150 - 250	Erdgas	188,00	783,33	1.018,33	1.253,33	1.410,00	1.566,67	156,67
	Heizöl	221,00	920,83	1.197,08	1.473,33	1.657,50	1.841,67	184,17
	Fernwärme	170,00	708,33	920,83	1.133,33	1.275,00	1.416,67	141,67
	Wärmepumpe	78,00	325,00	422,50	520,00	585,00	650,00	65,00
250 - 500	Erdgas	186,00	775,00	1.007,50	1.240,00	1.395,00	1.550,00	155,00
	Heizöl	198,00	825,00	1.072,50	1.320,00	1.485,00	1.650,00	165,00
	Fernwärme	204,00	850,00	1.105,00	1.360,00	1.530,00	1.700,00	170,00
	Wärmepumpe	70,00	291,67	379,17	466,67	525,00	583,33	58,33
> 500	Erdgas	178,00	741,67	964,17	1.186,67	1.335,00	1.483,33	148,33
	Heizöl	199,00	829,17	1.077,92	1.326,67	1.492,50	1.658,33	165,83
	Fernwärme	145,00	604,17	785,42	966,67	1.087,50	1.208,33	120,83

Wie ist es, wenn ich mit Kohle, Holz, Heizöl oder Flüssiggas heize?

Bei der Beheizung mit Einzelöfen bzw. Heizungen, für die der Leistungsberechtigte die Brennstoffe selbst beschaffen muss, verteilt sich der Bedarf auf die Heizperiode (01.10. – 30.04. des Folgejahres).

Der Bedarf wird i. d. R. zu Beginn der Heizperiode einmalig auf Antrag und gegen Vorlage eines Kostenvoranschlags bzw. der Heizmittelrechnung erstattet. Bei Vorlage eines Kostenvoranschlags ist die Heizmittelrechnung anschließend im Sozialamt einzureichen. Bei der Beschaffung der Heizmittel ist auf Wirtschaftlichkeit zu achten, z. B. Kauf kleiner Mengen im Baumarkt zu überdurchschnittlich hohen Preisen im Vergleich zum Brennstoffhändler ist nicht wirtschaftlich.

Für eine gesamte Heizperiode von Oktober - April gelten folgende Verbräuche als angemessen:

Grenzwerte nach Verbrauch für Einzelheizungen		
Butangas in kg	17	kg/m² angemessene Wohnfläche
Propangas in l	34	l/m² angemessene Wohnfläche
Braunkohle in kg	39	kg/m² angemessene Wohnfläche
Steinkohle in kg	26	kg/m² angemessene Wohnfläche
Koks in kg	27	kg/m² angemessene Wohnfläche
Pellets in kg	44	kg/m² angemessene Wohnfläche
Holz in kg	54	kg/m² angemessene Wohnfläche
Heizöl (leicht) in l	22	l/m² angemessene Wohnfläche

Werden meine Kosten für das Erwärmen des Warmwassers übernommen?

Wird im Haushalt das Warmwasser (WW) dezentral, z. B. in einem Elektroboiler in der Wohnung, erzeugt, erscheinen diese Kosten nicht in den Nebenkosten. Deshalb sind von den Grenzwerten für die Angemessenheit (vorgenannte Tabellen) entsprechende der Abzüge nach dem Heizspiegel für Deutschland vorzunehmen. Hier greift dann der gesetzliche Mehrbedarf nach § 30 Abs. 7 SGB XII.

Regelbedarf (RB) in €	% vom RB	Monatliche aktuelle Kosten für WW-Aufbereitung in € (§ 30 Abs. 7 SGB XII Obergrenze ab 01.01.2024 und 01.01.2025)
563	2,3	12,95
506	2,3	11,64
451	2,3	10,37
471	1,4	6,59
390	1,2	4,68
357	0,8	2,86

Werden meine Energiekosten übernommen?

Die Kosten für die Haushaltsenergie sind Bestandteil der Regelleistung. Stromkosten werden insoweit grundsätzlich nicht extra berücksichtigt.

Werden die Belastungen für mein eigenes Haus übernommen?

Bei selbstgenutztem Wohneigentum werden damit verbundene Hauslasten nach Zahlungsfälligkeit berücksichtigt (z. B. Grundsteuer, Wohngebäudeversicherung, Schornsteinreinigung, Kosten der Wasserversorgung, Abfallgebühren u. ä.). Als Zinsbelastung können Schuldzinsen berücksichtigt werden. Tilgungsraten können jedoch i.d.R. nicht übernommen werden, da sie der Vermögensbildung dienen.

Was ist, wenn meine Unterkunftskosten unangemessen sind?

Generell gilt: Die Mietkosten müssen angemessen sein.

Unangemessene Kosten der Unterkunft und Heizung sind nur so lange in tatsächlicher Höhe zu berücksichtigen, wie es unmöglich oder unzumutbar ist, die Kosten auf das angemessene Maß zu senken. Das kann u. a. durch Untervermietung einzelner Räume, durch Zuzahlung aus nicht anrechenbarem Einkommen, Senkung der Betriebskosten, Verhandlungen mit dem Vermieter oder auch durch Wohnungswechsel erreicht werden.

Die Übernahme unangemessener Kosten der Unterkunft und Heizung erfolgt in tatsächlicher Höhe (mit Deckelung der Kosten der Unterkunft auf das 1,5-fache der angemessenen Bruttokaltmiete), in der Regel längstens für 6 Monate.

Die Besonderheiten des Einzelfalles sollen Beachtung finden.

Was ist, wenn ich umziehen möchte?

Vor Abschluss eines neuen Mietvertrages ist es ratsam sich beim Sozialamt über die Angemessenheit der neuen Miete zu erkundigen, da dieses nur zur Übernahme der angemessenen Miete verpflichtet ist. Sollten Sie die Mietkaution oder Umzugskosten nicht selbst tragen können, können diese Kosten, nach schriftlicher Zustimmung vom Sozialamt, übernommen werden. Die Zustimmung ist vor Abschluss des neuen Mietvertrages einzuholen und kann beim Sozialamt beantragt werden.

Dem Sozialamt ist ein Umzug unverzüglich anzuzeigen.

Dieser Flyer stellt eine Orientierungshilfe dar. Er ersetzt keine Einzelfallentscheidung.

Haben Sie weitere Fragen?

Sie können sich gern an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Sozialamtes des Landkreises Märkisch-Oderland wenden.

Die allgemeinen Sprechzeiten sind:

Dienstag 09:00 – 12:00 Uhr 13:00 – 18:00 Uhr
Freitag 09:00 – 12:00 Uhr

Landkreis Märkisch-Oderland, Sozialamt, Puschkinplatz 12, 15306 Seelow
Wir sind erreichbar unter der Telefonnummer 03346/850 6520.

Weitere Informationen finden Sie unter

<https://www.maerkisch-oderland.de/leben-wohnen/leben/soziales>