

## Merkblatt über den Grundbedarf für den Lebensunterhalt (GBL)

### 1. Was ist im GBL enthalten?

- Lebensmittel, Getränke und Zigaretten
- Kleider, Wäsche und Schuhe
- Coiffeur und Toilettenartikel
- Elektrizität (EWZ-Rechnung), Gas etc. (ohne Wohnnebenkosten)
- Reinigung/Instandhaltung von Kleidern und Wohnung inkl. Kehrichtsackgebühren
- Kleinere Hausratsanschaffungen
- Selbst gekaufte Medikamente und Medikamente, welche nicht aus der Grundversicherung (KVG) durch die Krankenkasse übernommen werden
- VBZ / ZVV-Ticket (für Zonen Bus & Tram in der Wohngemeinde) & Halbtaxabo
- Telefon, Post,

Unterhaltung / Bildung / Freizeit:

- Radio / TV / Computer & TV-Gebührenrechnung (z.B. Serafe, Swisscom, UPC etc.)
- Sport & Spielsachen
- Zeitungen, Illustrierte, Bücher, Kino
- Haustierhaltung
- Persönliche Ausstattung (z.B. Schreibmaterial)
- Restaurantbesuche
- Vereinsbeiträge
- Geschenke

### 2. Nicht inbegriffen sind:

- Wohnungsmiete
- Wohnnebenkosten gemäss Mietvertrag
- Kosten für die medizinische Grundversorgung
- Situationsbedingte Leistungen