СОЦИАЛЬНЫЙ ФОНД РОССИИ

Информация представлена
по состоянию на февраль 2025 года

СТРАХОВАЯ ПЕНСИЯ ПО СТАРОСТИ

- Условия получения
- Как оформить
- От чего зависит размер пенсии

Ваш фонд
в социальных
сетях

sfr.gov.ru

Содержание

Право на пенсию 1

Оформление пенсии 4

Выплата пенсии 8

От чего зависит размер пенсии 9

Заблаговременная подготовка к выходу на пенсию 15

Законодательство о страховой пенсии 16

В России есть три вида страховой пенсии: по старости, по инвалидности и по случаю потери кормильца. В этой брошюре речь пойдет о страховой пенсии по старости.

Право на пенсию

Страховая пенсия по старости — самый распространенный вид пенсии в России. Ее получают

33,3 МЛН ЧЕЛОВЕК

Средний размер страховой пенсии по старости составляет

25 ТЫС. РУБ.

Условия выхода на пенсию для женщин

Год рождения	Возраст	Год выхода	Стаж	Коэффициенты
1967	59	2026	15	30
1968	60	2028	15	30

Условия выхода на пенсию для мужчин

Год рождения	Возраст	Год выхода	Стаж	Коэффициенты
1962	64	2026	15	30
1963	65	2028	15	30

ДОСРОЧНАЯ ПЕНСИЯ

Право на страховую пенсию по старости может появиться раньше общеустановленного пенсионного возраста. Например, за работу в тяжелых, опасных и вредных условиях труда. Такую работу выполняют шахтеры, горняки, спасатели, водители общественного транспорта, некоторые работники речного флота и гражданской авиации и другие.

Досрочная пенсия может назначаться по социальным мотивам и состоянию здоровья. Например, многодетным женщинам, одному из родителей и опекунов инвалида с детства, гражданам с инвалидностью вследствие военной травмы и некоторым другим.

Более ранняя пенсия также положена учителям, врачам, представителям некоторых творческих профессий и тем, кто работал в тяжелых климатических условиях Севера.

Назначение пенсии безработным гражданам

С 2022 года досрочная пенсия безработным гражданам предпенсионного возраста назначается в беззаявительном порядке. В случае увольнения по сокращению штата и невозможности трудоустройства через центр занятости предпенсионер может досрочно выйти на пенсию на два года раньше общеустановленного пенсионного возраста. Центры занятости самостоятельно направляют в Социальный фонд России предложение о назначении досрочной пенсии при получении согласия предпенсионера, что позволяет устанавливать пенсию без заявления. Переход на получение страховой пенсии по достижении общеустановленного пенсионного возраста также происходит в беззаявительном порядке, и пенсионеру не нужно обращаться в Социальный фонд России для переоформления выплат.

ЛЬГОТЫ ПРЕДПЕНСИОНЕРАМ

Люди предпенсионного возраста имеют право на льготы и меры социальной поддержки, которые ранее предоставлялись по достижении пенсионного возраста. Помимо этого, предпенсионеры пользуются льготами, связанными с ежегодной диспансеризацией и гарантиями трудовой занятости.

Кому положены предпенсионные льготы

- Право на различные льготы для предпенсионеров может возникать в разном возрасте. Для большинства льгот оно возникает за 5 лет до достижения нового пенсионного возраста

- В 2025 году правом на льготы для предпенсионеров пользуются женщины 1970 года рождения и старше и мужчины 1965 года рождения и старше
- Некоторые льготы, например налоговые, предоставляются в рамках прежнего пенсионного возраста, то есть начиная с 55 лет для женщин и с 60 лет для мужчин

Кто предоставляет льготу	Предпенсионные льготы
Работодатель	• Оплачиваемая диспансеризация • Гарантии трудовой занятости
Центры занятости	• Повышенное пособие по безработице • Профессиональное переобучение • Повышение квалификации
Федеральная налоговая служба	• Освобождение от налога на жилье • Освобождение от налога на земельный участок
Органы социальной защиты населения	• Скидка по оплате услуг ЖКХ • Бесплатные лекарства • Бесплатный проезд на городском транспорте

ОТСУТСТВИЕ ПРАВА НА ПЕНСИЮ

При выходе на пенсию у гражданина может быть достаточный стаж, но при этом отсутствовать требуемая величина пенсионного коэффициента, установленная по закону, или наоборот. Такие граждане к моменту достижения пенсионного возраста не могут получить пенсию из-за отсутствия у них одновременного наличия требуемых по закону стажа и пенсионного коэффициента. В таких случаях компенсировать недостающие пенсионные права можно, если продолжить работать. Требования к стажу и пенсионному коэффициенту при этом перестают увеличиваться и фиксируются на уровне, актуальном на момент достижения пенсионного возраста. Исключение — досрочное назначение пенсии. Например, если для выхода на пенсию гражданину требовались стаж 14 лет и индивидуальный пенсионный коэффициент 25,8, столько же понадобится для оформления пенсии через год или два года.

Восполнить недостающие стаж и пенсионный коэффициент можно также за счет уплаты добровольных взносов на пенсию.

Помимо этого, те, кто не приобрел права на страховую пенсию по старости, могут оформить социальную пенсию по старости. Для ее получения требования по стажу и коэффициентам не применяются, достаточно только достигнуть необходимого пенсионного возраста. Он наступает на 5 лет позже общепринятого.

Максимальный пенсионный коэффициент, который можно сформировать за год работы, равен 10.

Оформление пенсии

Оформление страховой пенсии по старости носит заявительный характер, то есть происходит по заявлению, которое нужно подать в Социальный фонд России. Это можно сделать за месяц до достижения пенсионного возраста. Пенсия при этом будет назначена со дня появления права на нее.

ГДЕ ПОДАТЬ ЗАЯВЛЕНИЕ

Личный кабинет на портале госуслуг gosuslugi.ru
Необходима подтвержденная учетная запись для портала госуслуг

Клиентская служба Социального фонда России (СФР)
Лично или через представителя, а также по почте

Многофункциональный центр госуслуг (МФЦ)
Лично или через представителя в любом центре, принимающем заявление о назначении страховой пенсии

Работодатель
Заявление в Социальный фонд России работодатель подает с письменного согласия работника

Если заявление подано после того, как возникло право на пенсию, выплата назначается со дня подачи заявления.

Страховая пенсия по старости может быть назначена раньше дня обращения за ней только если заявление подано в течение 30 дней со дня увольнения с работы. В этом случае пенсия оформляется со следующего дня после увольнения.

Отправка документов почтой

При отправке заявления почтой днем его подачи считается дата, указанная на почтовом штемпеле, проставленном по месту отправления.

Копии приложенных документов, подтверждающих право на пенсию, заверяются у нотариуса.

НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ

В большинстве случаев для оформления пенсии достаточно только заявления, при условии что все организации, ответственные за предоставление госуслуг, направили в государственные информационные системы, реестры и Социальный фонд России необходимые сведения, а на лицевом счете предпенсионера учтена вся информация о стаже и заработке. Если каких-то сведений нет либо если человек хочет предоставить дополнительные сведения и документы, которые могут повлиять на размер пенсии, принимаются следующие документы:

документы, подтверждающие место жительства	паспорт гражданина РФ с отметкой о регистрации по месту жительства, свидетельство о временной регистрации, вид на жительство и прочие
документы, подтверждающие гражданство	паспорт гражданина РФ, служебный или дипломатический паспорт гражданина РФ, временное удостоверение личности и прочие
документы, подтверждающие периоды работы	трудовая книжка, трудовые договоры, приказы, справки работодателей и прочие
документы, подтверждающие заработок	справка о заработке за любые 5 лет подряд до 2002 года, справка Налоговой службы о доходе за период предпринимательской деятельности до 2002 года и прочие

документы, подтверждающие нестраховые периоды	свидетельства о рождении детей, военный билет, справки воинских частей и военкоматов о прохождении военной службы, справки центров занятости о периодах получения пособия по безработице и прочие
документы, подтверждающие наличие иждивенцев	свидетельства о рождении детей и прочие
документы, подтверждающие наличие недееспособных граждан	решение суда о признании человека недееспособным

Полный перечень документов для назначения пенсии можно найти на сайте Социального фонда России sfr.gov.ru в разделе

Пенсионерам

Заявление о назначении пенсии рассматривается до 10 рабочих дней со дня его приема со всеми документами. Если в распоряжении Социального фонда России есть необходимые документы и сведения, заявление рассматривается быстрее — в течение 5 рабочих дней.

В случаях, когда с заявлением поданы не все документы для определения права на пенсию, специалисты СФР дают разъяснения, какие документы и в какой срок необходимо предоставить. Если недостающие документы предоставлены в течение 3 месяцев со дня получения разъяснений, днем обращения считается день приема заявления о назначении пенсии. Если документы не предоставлены в этот срок, принимается решение о назначении пенсии по имеющимся данным либо решение об отказе в пенсии. Срок рассмотрения заявления может быть приостановлен не более, чем на три месяца, в связи с проверкой документов, ожидания документов из других государственных органов

Оформление пенсии онлайн

Страховую пенсию по старости можно оформить онлайн.
Для этого достаточно подать заявление на портале госуслуг gosuslugi.ru.
После ознакомления с данными лицевого счета и рассчитанным на их основе размером выплат предпенсионер может дать согласие на оформление страховой пенсии полностью в автоматическом режиме. В этом случае вся информация о назначенной пенсии будет направлена в личный кабинет и обращаться в Социальный фонд России не нужно.

Прием заявления и документов на пенсию подтверждается уведомлением, которое выдается предпенсионеру независимо от способа обращения в Социальный фонд России.

Первая выплата пенсии перечисляется в течение 7 рабочих дней со дня вынесения решения о назначении пенсии.

ОФОРМЛЕНИЕ ПЕНСИИ ИЗ-ЗА ГРАНИЦЫ

Россияне, переехавшие за границу, для оформления страховой пенсии по старости подают заявление и другие документы в Социальный фонд России:

онлайн	через сервис «Назначение пенсии» на портале госуслуг gosuslugi.ru
лично или через представителя	в любую клиентскую службу Социального фонда России или в Департамент социального обеспечения при переселении и интеграции центрального аппарата СФР, адрес которого можно узнать на сайте sfr.gov.ru
почтой	по адресу: ул. Шаболовка, д. 4, стр. 1, ГСП-1, г. Москва, 119991, Российская Федерация

Копии документов должны быть заверены в российских загранучреждениях. При заверении копий у иностранных нотариусов на документах проставляется апостиль.

Если между Россией и иностранным государством есть договор о взаимном пенсионном обеспечении, обращаться за оформлением пенсии необходимо в пенсионные ведомства страны проживания.

СПОСОБЫ ПОЛУЧЕНИЯ

Банк	Почта
• Зачисление на счет • Получение в отделении банка	• Доставка на дом • Получение в почтовом отделении

Обычно способ выплаты пенсии определяется при ее оформлении. Если это не было сделано, для выбора или изменения варианта доставки можно подать заявление в Социальный фонд России:

- через личный кабинет на портале госуслуг gosuslugi.ru
- через любую клиентскую службу Социального фонда России
- через многофункциональный центр (МФЦ), принимающий такое заявление
- по почте на адрес любой клиентской службы Социального фонда России (нотариальное заверение документов не требуется)

Пенсию гражданин может получать лично или дать другому лицу доверенность на ее получение. Выплата пенсии по доверенности, срок действия которой превышает один год, производится в течение всего срока действия доверенности при условии ежегодного подтверждения пенсионером факта регистрации его по месту получения страховой пенсии.

Доставка пенсии

Пенсии доставляются двумя способами — через банк или почту, по выбору пенсионера.

Смена способа выплаты пенсии происходит в течение 3 рабочих дней после поступления заявления пенсионера в клиентскую службу Социального фонда России (дата регистрации заявления указывается в уведомлении, которое получает пенсионер).

Переезжая на новое место жительства, пенсионер должен сообщить об этом в СФР, подав заявлении о доставке пенсии с информацией о своем новом адресе. В такой ситуации территориальный орган Соцфонда

вправе приостановить рассмотрение этого заявления до получения и постановки на учет выплатного дела гражданина, которое запрашивается по прежнему месту его проживания.

Доставка выплат в соответствии с выбором пенсионера начинается с месяца, следующего за месяцем подачи заявления. При этом если заявление подается после 20-го числа, новый способ выплаты начнет действовать не со следующего месяца, а через месяц. Пример: заявление подано 24 апреля, новый способ выплаты начнет действовать с июня, а не в мае. Это связано с тем, что процесс финансирования и доставки пенсий за новый месяц начинается заблаговременно.

До того момента, как произойдет смена способа доставки пенсии, средства пенсионеру выплачиваются ранее выбранным способом.

От чего зависит размер пенсии

Чтобы сформировать пенсию в максимальном размере, важно работать официально и получать белую зарплату, с которой работодатели делают взносы на пенсионное страхование.

Помимо официального трудоустройства, на размер пенсии по-прежнему влияет стаж до 2002 года. Чем он больше, тем выше будут пенсионные выплаты.

Следует контролировать, как формируется пенсия. Делать это можно по выписке из индивидуального лицевого счета в СФР, в которой отражена информация о поступивших взносах на пенсию и периодах стажа. Выписка наглядно демонстрирует размер сформированной пенсии. Важно время от времени проверять эту информацию. Если в выписке нет каких-то данных о периодах работы или есть ошибки, необходимо обратиться к работодателю, чтобы он исправил или дополнил сведения и предоставил корректную информацию в Социальный фонд России.

Новое! Проактивное уведомление о пенсии

Социальный фонд России раз в три года автоматически информирует россиян о сформированной пенсии. Мужчины получают уведомления с 45 лет, женщины — с 40 лет. Уведомления приходят в личный кабинет на портале госуслуг и предоставляются во всех клиентских службах Социального фонда России. Проактивное информирование позволяет заранее оценить свои пенсионные права, уточнить периоды стажа и величину пенсионного коэффициента.

СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЕ ПЕРИОДЫ ЖИЗНИ

Пенсионный коэффициент и стаж формируются не только во время трудовой деятельности, но и в периоды ухода за пожилыми людьми и гражданами с инвалидностью или в период военной службы.

1,8 КОЭФФИЦИЕНТА
1 ГОД СТАЖА

- Один год ухода за человеком, достигшим 80 лет, инвалидом I группы или ребенком с инвалидностью
- Один год военной службы по призыву
- Один год пребывания в добровольческом формировании
- Один год проживания вместе с супругом-военнослужащим, проходящем службу по контракту, в местности, где отсутствует возможность трудоустройства (но не более 5 лет в общей сложности)
- Один год проживания за границей супругов работников, направленных в дипломатические и прочие представительства, консульские учреждения РФ (но не более 5 лет в общей сложности)
- Один год периода, в течение которого лица, необоснованно привлеченные к уголовной ответственности и впоследствии реабилитированные, были временно отстранены от должности (работы) в порядке, установленном уголовно-процессуальным законодательством РФ
- Один год ухода родителя за первым ребенком до достижения им 1,5 лет

3,6 КОЭФФИЦИЕНТА
1 ГОД СТАЖА

- Один год ухода родителя за вторым ребенком до достижения им 1,5 лет

5,4 КОЭФФИЦИЕНТА
1 ГОД СТАЖА

- Один год ухода родителя за третьим или четвертым ребенком до достижения каждым из них 1,5 лет

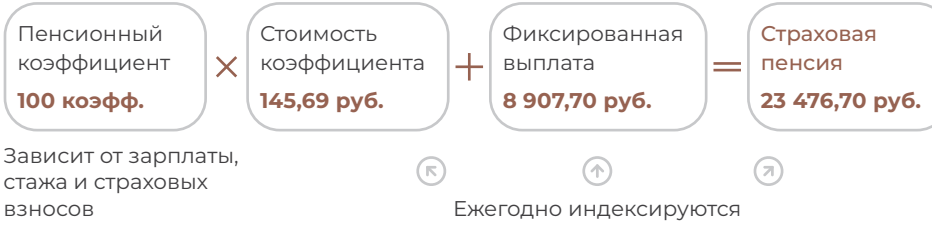
3,6 КОЭФФИЦИЕНТА
2 ГОДА СТАЖА

- Один год участия в СВО во время прохождения военной службы
- Один год участия в СВО в период пребывания в добровольческом формировании

ОТЛОЖЕННЫЙ ВЫХОД НА ПЕНСИЮ

За каждый год более позднего обращения за пенсией после возникновения права на нее (в том числе если право на пенсию появилось досрочно) выплата увеличивается на премиальные коэффициенты. Например, при обращении за страховой пенсией по старости через 5 лет после возникновения права на нее размер выплаты может быть примерно на 45% больше.

КАК РАССЧИТЫВАЕТСЯ СТРАХОВАЯ ПЕНСИЯ В 2025 ГОДУ



Всем неработающим пенсионерам, у которых размер пенсии вместе с другими социальными выплатами и мерами поддержки меньше прожиточного минимума пенсионера в регионе, устанавливается доплата к пенсии. Если региональный прожиточный минимум ниже федерального, доплату предоставляет Социальный фонд России, если выше — органы социальной защиты населения. С 2022 года Социальный фонд (СФР) автоматически устанавливает социальную доплату к пенсии без заявления от пенсионера.

Сохранение надбавки за сельский стаж при переезде в город

С 2022 года пенсионеры сохраняют надбавку к пенсии за сельский стаж при переселении в город. Назначение повышенной пенсии при этом по-прежнему происходит только в том случае, если пенсионер живет в сельской местности.

⟩ ПОВЫШЕННАЯ ПЕНСИЯ

Страховая пенсия по старости включает в себя так называемую фиксированную выплату. В 2025 году ее размер составляет 8 907,70 руб. в месяц (ежегодно растет). В ряде случаев пенсионеры имеют право на повышение фиксированной выплаты, которая складывается из ее обычного размера и надбавки.

Основание для надбавки	Размер надбавки	Условия получения надбавки

Иждивенцы	• 1 иждивенец
	1/3 фикс. выплаты
	(+ 2 969,23 руб./мес.)
	• 2 иждивенца
	2/3 фикс. выплаты
	(+ 5 938,47 руб./мес.)
	• 3 иждивенца
	100% фикс. выплаты
	(+ 8 907,70 руб./мес.)
		• Дети, а при отсутствии трудоспособных родителей также братья, сестры, внуки и правнуки:
		  • до 18 лет
		  • от 18 до 23 лет, если обучаются очно
		  • от 18 до 23 лет, если получили инвалидность до совершеннолетия
		• Родители и супруг, достигшие пенсионного возраста или имеющие инвалидность
		• Дедушка и бабушка, достигшие пенсионного возраста или имеющие инвалидность при отсутствии лиц, которые обязаны их содержать

Возраст 80 лет I группа инвалидности	• 100% фикс. выплаты (+ 8 907,70 руб./мес.) • Доп. повышение фикс. выплаты на уход (+1 200 руб. / мес. + индексация)	• Обе выплаты устанавливаются только по одному из оснований: достижение 80 лет либо получение I группы инвалидности
Проживание на Севере	• От 15% фикс. выплаты (+ 1 336,16 руб./мес.) • До 100% фикс. выплаты (+ 8 907,70 руб./мес.)	• Регистрация или фактическое проживание в северной местности

Основание для надбавки	Размер надбавки	Условия получения надбавки
Северный стаж	• 50% фикс. выплаты (+ 4 453,85 руб./мес.)	• 15 лет стажа в районах Крайнего Севера • 25 лет общего стажа (мужчины) или 20 лет (женщины)
	• 30% фикс. выплаты (+ 2 672,31 руб./мес.)	• 20 лет стажа в районах, приравненных к районам Крайнего Севера • 25 лет общего стажа (мужчины) или 20 лет (женщины)
Сельский стаж	• 25% фикс. выплаты (+ 2 226,93 руб./мес.)	• 30 лет стажа в сельском хозяйстве • Статус неработающего пенсионера • Проживание на селе или выезд за пределы села после установления надбавки
Отложенный выход на пенсию	• От 5,6% фикс. выплаты (+ 498,83 руб./мес.)	• Выход на пенсию на 1 год позже или отказ от получения пенсии в течение этого срока
	• До 111% фикс. выплаты (+ 9 887,55 руб./мес.)	• Выход на пенсию на 10 лет позже или отказ от получения пенсии в течение этого срока

ПЕРЕРАСЧЕТ ПЕНСИИ

В жизни пенсионера происходят события, которые влияют на размер получаемой им пенсии. Исходя из этого СФР пересчитывает выплаты. Например, в связи с появлением у пенсионера иждивенцев или достижением 80 лет появляется право на пенсию в повышенном размере. В ряде случаев перерасчет происходит автоматически, также есть заявительные перерасчеты, за которыми нужно обратиться в Социальный фонд России.

Перерасчет без заявления	
Индексация страховой пенсии неработающих пенсионеров	Ежегодно 1 января
Перерасчет страховой пенсии работающих пенсионеров	Ежегодно 1 августа
Индексация страховой пенсии после прекращения работы	Со следующего месяца после увольнения, но выплата повышенной пенсии начинается с третьего или четвертого месяца после увольнения
Достижение 80 лет	Со дня достижения 80 лет
Изменение группы инвалидности	В случае повышения пенсии — со дня установления новой группы инвалидности, в случае уменьшения — со следующего месяца
Увеличение количества иждивенцев в связи с рождением ребенка	Со дня рождения ребенка
Приобретение нового стажа в районах Крайнего Севера	С 1-го числа месяца, следующего за месяцем, в котором приобретен необходимый стаж работы в районах Крайнего Севера
Перерасчет размера страховой пенсии по случаю потери кормильца	В связи с изменением категории получателей страховой пенсии по случаю потери кормильца и количества нетрудоспособных членов семьи — со дня смерти кормильца

Перерасчет по заявлению

- Подтверждение заработка за любые 5 лет подряд до 2002 года
- Наличие неучтенного стажа до 2002 года
- Наличие нестраховых периодов: служба в армии; уход за ребенком до 1,5 лет, гражданином с инвалидностью I группы или пожилым человеком; временная нетрудоспособность; пособие по безработице; проживание супругов военнослужащих в местах, где нет возможности трудоустроиться; проживание за границей супругов дипломатических работников и госслужащих; отбывание наказания и отстранение от работы в связи с необоснованным привлечением к уголовной ответственности; другие
- Прочее

Если указанные обстоятельства имели место до назначения пенсии, перерасчет осуществляется со дня ее назначения (но не ранее, чем с 1 января 2022 года). Если основания для перерасчета появились после выхода на пенсию, он производится со следующего месяца после подачи документов и соответствующего заявления в СФР.

Заблаговременная подготовка к выходу на пенсию

Для получения информации о сформированной пенсии необходимо зайти в личный кабинет на портале госуслуг gosuslugi.ru и проверить состояние лицевого счета в СФР. Отраженные в кабинете сведения о стаже и пенсионном коэффициенте (пенсионные права) сформированы на основе данных, которые Социальный фонд России получил от работодателей.

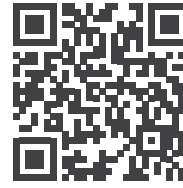
Если какие-то сведения не учтены или учтены не полностью, необходимо обратиться к работодателю, чтобы он уточнил данные и предоставил их в Социальный фонд России (СФР).

Следует заранее обратиться с имеющимися документами для назначения пенсии в клиентскую службу СФР. Сотрудники фонда окажут необходимое содействие:

- проверят правильность оформления документов, оценят полноту и достоверность содержащихся в них сведений
- направят запросы работодателям и в архивные организации, в том числе расположенные в странах, с которыми у России есть договоры о взаимном пенсионном обеспечении

Законодательство о страховой пенсии

Федеральный закон	400	«О страховых пенсиях»	28.12.2013
Федеральный закон	350	«О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам назначения и выплаты пенсий»	03.10.2018
Федеральный закон	173	«О трудовых пенсиях в Российской Федерации»	17.12.2001
Федеральный закон	167	«Об обязательном пенсионном страховании в Российской Федерации»	15.12.2001
Постановление Правительства России	1015	Правила подсчета и подтверждения страхового стажа для установления страховых пенсий	02.10.2014
Приказ Минтруда России	546н	Правила обращения за страховой пенсией, ее назначения и перерасчета	05.08.2021
Приказ Минтруда России	545н	Правила выплаты страховой пенсии	05.08.2021
Приказ Минтруда России	538н	Перечень документов для назначения и перерасчета страховой пенсии	04.08.2021
Постановление Правления Социального фонда России	16п	Регламент оказания услуги по назначению страховой пенсии	23.01.2019



С полным перечнем услуг,
предоставляемых в электронном виде,
можно ознакомиться на сайте госуслуг
gosuslugi.ru

СОЦИАЛЬНЫЙ
ФОНД РОССИИ

SFR.GOV.RU

Подробнее — на сайте **sfr.gov.ru**

Единый контакт-центр по социальным вопросам
(звонок по России бесплатный)

8-800-10-000-01