

**Чтобы лишний раз не ходить...**

 В условиях пандемии Пенсионный фонд России рекомендует максимально сократить личные визиты в клиентские службы, а при необходимости общаться с Пенсионным фондом дистанционно. Тем более что сегодня сделать это просто - с помощью портала Госуслуг ([www.gosuslugi.ru](http://www.gosuslugi.ru/)) и личного кабинета на сайте ПФР ([www.pfr.gov.ru](http://www.pfr.gov.ru/)), а также посредством телефонной связи.

 **Личный кабинет.** Имея выход в интернет, пароль для доступа к порталу госуслуг и любое техническое устройство (компьютер, ноутбук, планшет, смартфон), Вы сможете написать заявление на оформление/перерасчёт пенсии, на распоряжение материнским капиталом, поменять доставщика пенсии, заказать справку, проверить состояние лицевого счёта (узнать количество пенсионных баллов и стаж), восстановить СНИЛС, посмотреть сведения в электронной трудовой книжке и многое другое. Удалённо сегодня можно получить 56 услуг Пенсионного фонда России, в том числе 21 услугу - по социальным выплатам, 15 – по пенсиям, 4 – по материнскому капиталу, 4 — по управлению пенсионными накоплениями.

 **«Горячая линия». Кодовое слово.** Привычный способ получить информацию, но в условиях пандемии ставший очень востребованным - звонок на «горячую линию». Но теперь, зная своё «кодовое слово», можно по телефону получить от специалиста ПФР консультацию по любым вопросам, в том числе и тем, которые содержат личные данные гражданина, — суммы выплат, даты и пр.. «Кодовое слово» можно установить в Профиле пользователя в Личном кабинете на сайте ПФР или написать соответствующее заявление при любом личном обращении в клиентскую службу ПФР. Телефон «горячей линии» ПФР для жителей Волгограда, Волжского и Камышина — 8 (8442) 96-09-09. Жители муниципальных районов могут узнать телефоны клиентских служб ПФР в своём районе на сайте Пенсионного фонда РФ в разделе «Контакты отделения и клиентских служб».

 **Социальные сети.** Обратиться за консультацией в ПФР можно и через социальные сети (facebook, odnoklassniki, vkontakte, twitter, instagram) — на официальных страницах Пенсионного фонда специалисты дадут подробные разъяснения.

Напомним: если существует необходимость личного визита в Пенсионный фонд, **необходимо предварительно записаться**. Это можно сделать опять же через интернет на сайте ПФР (https://es.pfrf.ru/) или по телефону «горячей линии». Берегите себя и будьте здоровы!

**ЦЕНТР ПФР № 1**

**по установлению пенсий**

**в Волгоградской области**