

объясняемрф



esia.gosuslugi.ru

госуслуги

Телефон / Email / СНИЛС



Куда ещё можно
паролем от Госусл

**Как рассчитать свою
будущую пенсию**



Когда можно выйти на пенсию



Пенсионный возраст постепенно повышают:

в 2024-м на пенсию могли выйти женщины с 58 лет, а мужчины — с 63. К 2028 году планка поднимется — до 60 и 65 лет соответственно.

Для пенсии нужно иметь не менее 15 лет страхового стажа и минимум 30 пенсионных баллов. Они начисляются за каждый год работы и влияют на итоговый размер пенсионных выплат.



Как рассчитать страховую пенсию



Она складывается из количества индивидуальных пенсионных коэффициентов (ИПК), умноженных на стоимость одного балла в год выхода на пенсию, плюс фиксированная выплата.

Что считать:

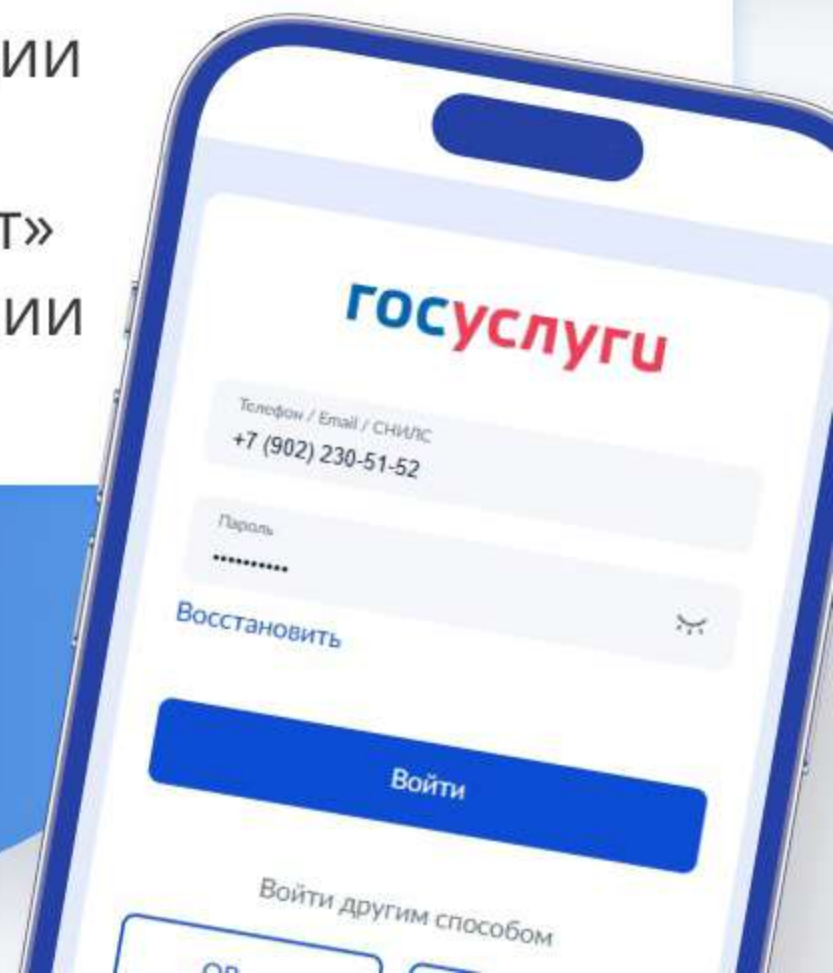
- **ИПК — количество баллов, которые начисляют за каждый год работы.** Чем больше взносы, перечисленные работодателем, тем выше ИПК. За год можно накопить не более 10 баллов
- **стоимость одного балла ежегодно индексируется.** С 1 января 2025 года один балл стоит 145,69 руб.
- **фиксированная выплата с 1 января 2025 года — 8907,7 руб.**

Как узнать свой ИПК



Индивидуальный пенсионный коэффициент можно узнать:

- **в отделении Соцфонда** — выписка будет готова в течение одного дня
- **в МФЦ** — за один рабочий день
- **на Госуслугах:** после авторизации выберите в меню «Пенсия и пособия», затем — «Выписка из лицевого счёта в СФР»
- **на сайте СФР:** после авторизации перейдите в раздел «Индивидуальный лицевой счёт» и запросите сведения о состоянии счёта



Как рассчитать накопительную часть пенсии



Эта пенсия есть не у всех. Она формировалась до 2013 года из «зарплатных» взносов работодателя в пенсионную систему, если вы работали официально. **Узнаем размер по формуле $НП = ПН / Т$, где:**

НП — размер накопительной пенсии

ПН — сумма накоплений на момент назначения пенсии

Т — количество месяцев, на которые рассчитана выплата



Например, пенсионер накопил 180 тыс. руб., срок выплаты в 2025 году — 270 месяцев (22,5 года).

$180\,000 / 270 = 667$ руб. в месяц.



Как получить накопительную часть пенсии

Она назначается ежемесячно, если её размер — больше 10% от прожиточного минимума.

Получить средства можно в Соцфонде или негосударственном пенсионном фонде: подайте заявление в отделении, на сайте или через личный кабинет на Госуслугах.

Деньги также можно получить **единовременно**, если размер ежемесячных выплат накопительной пенсии меньше или равен 10% от прожиточного минимума.



Что такое социальная доплата



Это надбавка, которую назначают, если размер пенсии ниже прожиточного минимума. В 2025 году прожиточный минимум пенсионера — 15 250 руб.

Доплата может быть федеральной, если прожиточный минимум в регионе ниже общероссийского, или региональной, если показатель там выше, чем федеральный.

Например, пенсионер в Белгородской области получает 10 тыс. руб. Здесь прожиточный минимум 12 811 руб. — меньше чем по России. **Считаем федеральную доплату:**
 $15\,250 - 10\,000 = 5250$ руб.



Пример



Женщина, 55 лет. ИПК — 150 баллов. Стоимость балла — 145,69 руб.

Страховая пенсия: $150 \times 145,69 + 8907,7 = 30\,761,2$ руб.

На её накопительном пенсионном счёте 600 тыс. руб.
Делим их на 270 месяцев — получаем 2,2 тыс. руб.

Эта сумма больше, чем 10% от прожиточного минимума (1525 руб.). Единоновременно получить накопительную пенсию она не может, поэтому прибавляем сумму к страховой части.

Итого: 32 961,2 руб. в месяц.

