**Как оформить страховую пенсию по старости**

Граждане могут обратиться за назначением пенсии в любое время после возникновения права на нее.

[Куда обратиться](http://www.pfrf.ru/knopki/zhizn/~4554)

Граждане могут обратиться за назначением пенсии в любое время после возникновения права на нее. Заявление о назначении пенсии может быть подано гражданином  в территориальный орган Пенсионного фонда России по своему выбору  либо в многофункциональный центр (далее – МФЦ), ), в случае, если между территориальным органом Пенсионного фонда Российской Федерации и многофункциональным центром предоставления государственных и муниципальных услуг заключено соглашение о взаимодействии и подача указанного заявления предусмотрена перечнем государственных и муниципальных услуг, предоставляемых в многофункциональном центре, установленным соглашением, либо по почте.

Заявление  может быть подано лично гражданином, которому назначается пенсия, его представителем, либо через работодателя. Также гражданин может направить заявление в форме электронного документа через «[Личный кабинет гражданина](https://es.pfrf.ru/)» на официальном сайте ПФР через «[Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций)](https://www.gosuslugi.ru/)».

Заявление о назначении пенсии по старости может быть принято территориальным органом Пенсионного фонда Российской Федерации и до наступления пенсионного возраста гражданина, но не ранее чем за месяц до достижения соответствующего возраста.Днем обращения за пенсией является день приема заявления о назначении пенсии является днем обращения за пенсией (за исключением случая подачи заявления за месяц до достижения соответствующего возраста).

В случае подачи заявления о назначении пенсии со всеми необходимыми документами, обязанность по представлению которых возложена на заявителя:

* лично (представителем, через работодателя) днем обращения за  пенсией  является день приема территориальным органом ПФР заявления;
* по почте - днем обращения за  пенсией  считается дата, которая указана на почтовом штемпеле по месту отправления заявления;
* через МФЦ – днем обращения за  пенсией  считается  дата приема заявления МФЦ;
* через «Личный кабинет гражданина» на официальном сайте ПФР и Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций) и представлении в территориальный орган ПФР всех необходимых документов, обязанность по представлению которых возложена на заявителя, в срок, не позднее чем через три месяца со дня получения соответствующего разъяснения, днем обращения за пенсией считается дата подачи заявления в форме электронного документа.

Россияне, выехавшие на постоянное место жительства за пределы России и не имеющие подтвержденного регистрацией места жительства и места пребывания в России, подают заявление непосредственно в Пенсионный фонд России (Москва, ул. Шаболовка, д. 4).