

# Баллы, стаж и возраст:



## как назначают и рассчитывают пенсию

пенсия





## С какого возраста назначают

С 2019 по 2028 год идёт **преобразование пенсионной системы**. Возраст, с которого у россиян появляется право на страховую пенсию по старости, постепенно повышают — он будет составлять **60 лет для женщин и 65 — для мужчин**.





## Как в 2025 и 2026 годах

Пенсионный возраст повышают **не ежегодно**, поэтому в некоторые периоды пенсии не назначают. Например, так будет в 2025-м.

Таким образом:

женщины 1966 г. р.  
и мужчины 1961 г. р.  
стали пенсионерами  
в 2024 году

женщины 1967 г. р.  
и мужчины 1962 г. р.  
смогут оформить  
пенсию в 2026 году





# Основные условия

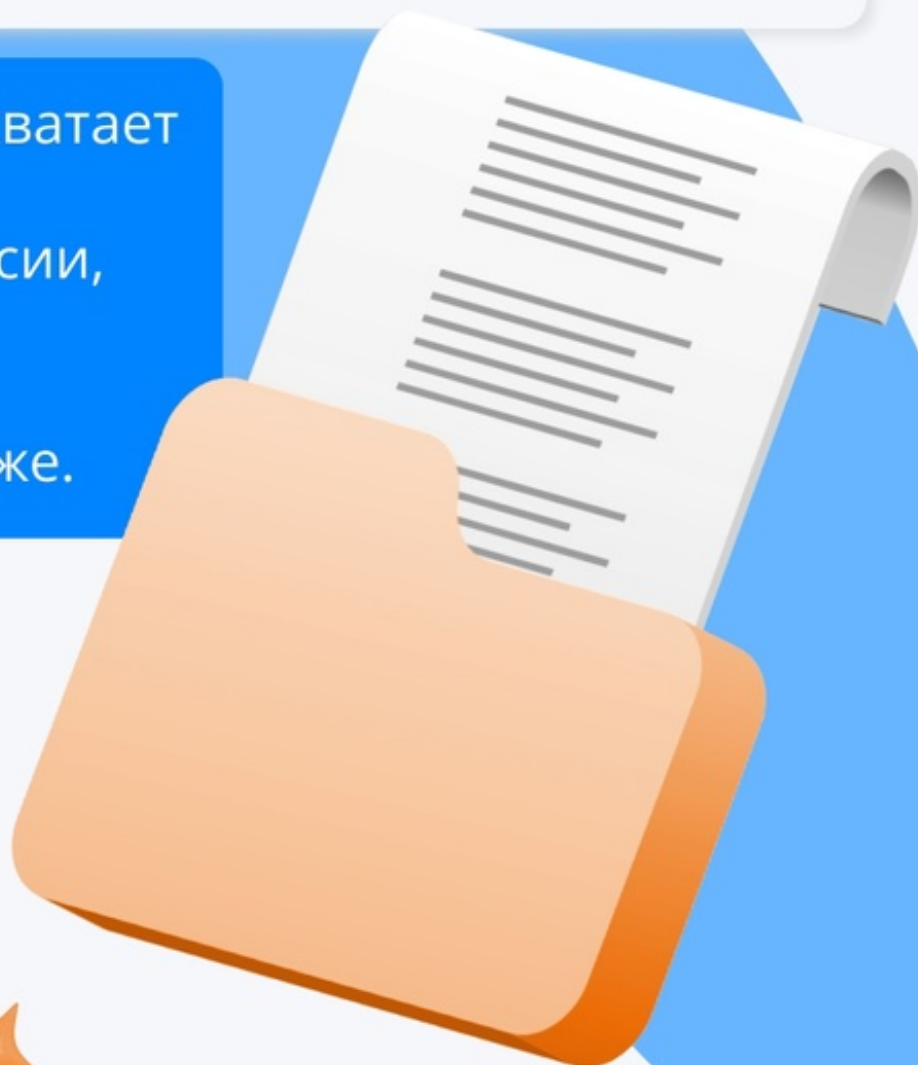
Чтобы вам назначили страховую пенсию, **нужно:**

✦ достичь пенсионного возраста

✦ иметь не менее 15 лет страхового стажа

✦ накопить не менее 30 баллов индивидуального пенсионного коэффициента (ИПК)

Если человеку не хватает стажа или ИПК для страховой пенсии, ему назначают социальную, но на пять лет позже.





# Кто может уйти на пенсию раньше

Список профессий, которые предусматривают досрочный выход на пенсию, **устанавливает закон**. Среди них, например:

✦ те, кто работал под землёй, в горячих цехах и других вредных условиях или выполнял тяжёлую работу

✦ пожарные и спасатели

✦ медики

✦ моряки, работники речного и рыболовного флота

✦ лётчики

✦ педагоги и воспитатели

✦ артисты

# Кто ещё имеет право на досрочную пенсию

✦ Матери трёх и более детей старше восьми лет

✦ Матери двух и более детей, работавшие на Крайнем Севере или в приравненных к нему районах

✦ Родители и опекуны детей с инвалидностью и инвалидов с детства



К работе, дающей право на досрочную пенсию, приравниваются периоды мобилизации, службы по контракту в зоне СВО или в добровольческом формировании, содействующем военным.





## Какой нужен стаж

Чтобы получать страховую пенсию по старости, необходимо иметь **не менее 15 лет стажа**. В него включают всё время, в течение которого человек работал и перечислял взносы в ПФР.

Кроме того, прибавляют, например, **периоды ухода за ребёнком до полутора лет или военной службы по призыву**.



# Что такое баллы ИПК



За каждый год работы начисляют **индивидуальные пенсионные коэффициенты (ИПК)**. Их величина **зависит от количества страховых взносов**, которые Соцфонд получил за человека за год.



Посмотреть количество пенсионных баллов можно **в личном кабинете на «Госуслугах»** либо в выписке **по лицевому счёту СФР**.

Для получения страховой пенсии по старости нужно иметь **минимум 30 баллов**.





## Можно ли увеличить стаж и баллы

Если ИПК или страхового стажа не хватает, **есть возможность «докупить» баллы и годы** — для этого нужно подать заявление в Социальный фонд РФ и самостоятельно перечислить недостающие взносы.

Однако есть ограничения. Например, за один год разрешается доначислить себе не более года стажа, а суммарно **за всё время можно «купить» максимум 7,5 года.**

Для подробных расчётов **на сайте СФР есть калькулятор приобретения ИПК и стажа.**



# Как рассчитывают пенсию



Пенсия **состоит из двух частей:** индивидуальной и фиксированной выплаты.

**Размер фиксированной выплаты в 2025 году — 8907,70 руб.**

**Пенсионеры старше 80 лет получают более высокую фиксированную выплату.** Кроме них, на это имеют право инвалиды I группы, а также те, кто жил или работал на Крайнем Севере и в приравненных к нему регионах.

**Индивидуальная часть определяется величиной ИПК:** общее количество баллов умножают на стоимость одного балла на дату назначения пенсии (в 2025 году — 145,69 руб.).

