2027

Проверьте свою пенсию

Пошаговое руководство:
стаж, баллы, надбавки, перерасчёт



Дарья Меркурьева

Дарья Меркурьева

Проверьте свою пенсию: пошаговое руководство 2027

«Автор»
2026

Меркурьева Д. И.

Проверьте свою пенсию: пошаговое руководство 2027 /
Д. И. Меркурьева — «Автор», 2026

Пенсию назначают по сведениям, которые есть у Социального фонда. Если какой-то период работы, служба в армии или уход за детьми туда не попали, пенсия будет меньше — и сама она не исправится.Эта книга — пошаговое руководство для тех, кто скоро выходит на пенсию или уже её получает. Простым языком, без юридических терминов, она объясняет, из чего складывается пенсия, кто может выйти на пенсию в 2027 году, какие документы заказать на Госуслугах и как прочитать выписку из лицевого счёта.Вы узнаете, какие периоды чаще всего забывают учесть, какие надбавки приходят сами, а за какими нужно обратиться, что положено работающим пенсионерам, как подать на перерасчёт и что делать, если отказали.Внутри — примеры с расчётами, чек-лист и образцы запросов. Все цифры — по закону и официальным данным, сведения на 2027 год — по проекту бюджета СФР.

© Меркурьева Д. И., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Вступление. Давайте разберёмся вместе 6
Глава 1. Из чего складывается ваша пенсия 8
Глава 2. Кто выходит на пенсию в 2027 году 12
Конец ознакомительного фрагмента. 14

Дарья Меркурьева
Проверьте свою пенсию: пошаговое руководство 2027

Актуально на 2 ноября 2026 года

Вступление. Давайте разберёмся вместе

Наверняка вам знакомо это чувство: смотришь на сумму пенсии и не понимаешь, откуда она взялась. Всю жизнь работали, растили детей, а получилась какая-то непонятная цифра. И неясно, куда идти и что спрашивать.

Если вы так думали, вы не одни. Пенсионная система правда устроена сложно, а объясняют её обычно языком законов. В этой книге я объясню всё простыми словами, шаг за шагом. Каждое непонятное слово будет расшифровано.

Кто платит пенсию

Пенсию платит **Социальный фонд России**, сокращённо **СФР**. Раньше он назывался Пенсионный фонд, ПФР. В 2023 году его объединили с Фондом социального страхования и переименовали. Если вы где-то встретите «ПФР», знайте: это та же организация.

Почему пенсию стоит проверить

Социальный фонд считает пенсию по тем сведениям, которые у него есть. Откуда он их берёт:

— от работодателей: они сообщают в фонд, кто у них работает и сколько получает;

— от вас самих: документы, которые вы приносили, когда оформляли пенсию;

— от других ведомств: например, от военкомата.

Но в эти сведения иногда что-то не попадает. Организация, где вы работали в 1990-е, давно закрылась. Запись в трудовой книжке сделана неразборчиво. Отпуск по уходу за ребёнком не учли.

Если какого-то периода нет в сведениях фонда, пенсия считается без него. Сам фонд об этом не узнает и ничего не исправит. Исправить можно, только если вы сами заметите ошибку и подадите заявление.

Хорошая новость: проверить пенсию может каждый. Для этого не нужно быть юристом. Нужны немного времени, ваши документы и эта книга.

Что вас ждёт в книге

Мы пройдём весь путь по шагам:

1. Поймём, из чего складывается пенсия. Вы сможете сами прикинуть, правильно ли вам начислили.

2. Закажем на Госуслугах нужные документы и научимся их читать.

3. Посмотрим, что чаще всего забывают учесть.

4. Отдельно разберёмся, что положено работающим пенсионерам.

5. Узнаем, как попросить фонд пересчитать пенсию и что делать, если откажут.

В конце каждой главы есть раздел **«Сделайте сейчас»**. В нём два-три простых действия, которые можно выполнить сразу.

Кому пригодится книга

— Тем, кто уже получает пенсию и хочет убедиться, что всё учтено.

— Тем, кому до пенсии осталось 5–10 лет. Ошибки лучше исправить заранее, пока архивы на месте.

— Детям и внукам, которые помогают родителям с Госуслугами.

Что приготовить

Не нужно собирать всё сразу. Просто держите под рукой:

— **доступ к Госуслугам.**Это сайт gosuslugi.ru или приложение в телефоне. Учётная запись должна быть подтверждённой: это значит, что вы хотя бы раз подтверждали свою личность, например через банк или МФЦ. Если вы входите на Госуслуги и видите там свои документы, скорее всего, всё в порядке;

— **СНИЛС.**Это зелёная карточка или номер из 11 цифр. По нему фонд вас находит;

— **трудовую книжку**, если вы работали до 2020 года. С 2020 года сведения о работе хранятся в электронном виде, а бумажные книжки остались у многих;

— **военный билет**, если служили в армии по призыву;

— **свидетельства о рождении детей**;

— **справки об инвалидности и документы об уходе за родственниками**, если такое было.

Честно о главном

Все цифры и правила в этой книге взяты из официальных источников: закона «О страховых пенсиях» (его номер 400-ФЗ), сайтов Социального фонда, Министерства труда и Госуслуг. Список источников в конце книги.

Про 2027 год важно знать вот что. Сколько денег у Социального фонда будет на следующий год и как будут повышать пенсии, решает Госдума: она принимает специальный закон, бюджет фонда. Сейчас этот закон ещё обсуждают. 29 октября 2026 года Госдума одобрила его в первый раз (это называется «первое чтение»), окончательно примут до конца года. Цифры могут немного измениться. Поэтому там, где речь о 2027 годе, я пишу «по проекту».

Книга поможет вам разобраться, но не заменит разговор со специалистом. Если ваш случай сложный, позвоните в Социальный фонд: **8-800-100-00-01**, это бесплатно.

Глава 1. Из чего складывается ваша пенсия

В этой главе мы разберём, как считается пенсия. Когда вы это поймёте, сможете сами прикинуть, правильно ли вам начислили.

Какие бывают пенсии

Сначала маленькое уточнение. Пенсии бывают разные. В этой книге мы говорим в основном о самой распространённой:

— Страховая пенсия по старости. Её получает большинство людей. Она зависит от того, сколько вы работали и какая у вас была зарплата. «Страховой» её называют потому, что пока вы работали, работодатель платил за вас взносы в фонд, как бы страховал вашу старость.

Есть и другие виды:

— Социальная пенсия. Её платят тем, кому не хватило стажа для страховой, а также детям с инвалидностью и людям с инвалидностью с детства. Она не зависит от зарплаты.

— Пенсия по инвалидности, по потере кормильца, военные пенсии — это отдельные темы, в этой книге мы их почти не касаемся.

Как узнать, какая пенсия у вас: это написано в справке о размере пенсии на Госуслугах. Как её получить, расскажу в главе 3.

Формула пенсии

Страховая пенсия складывается из двух частей:

Пенсия = ваши баллы × цена одного балла + фиксированная выплата

Звучит сложно, но сейчас разберём по кусочкам.

Часть 1. Баллы

Представьте копилку. Всю жизнь вы складываете в неё не деньги, а баллы. Чем больше баллов накопили, тем больше пенсия.

В законе баллы называются **«индивидуальные пенсионные коэффициенты»**, сокращённо **ИПК**. Если увидите в документах «ИПК», знайте: это и есть ваши баллы.

За что дают баллы:

— За работу. Пока вы работаете официально, работодатель каждый месяц платит за вас взносы в Социальный фонд. Из этих взносов и получаются баллы. Чем больше официальная («белая») зарплата, тем больше баллов. Если зарплату платили «в конверте», взносов не было, и баллов тоже.

— За некоторые периоды, когда вы не работали. Например, когда сидели с ребёнком до полутора лет, служили в армии по призыву, ухаживали за человеком с инвалидностью I группы. За такие периоды баллы тоже начисляют. Именно они чаще всего «теряются», поэтому подробно разберём их в главе 5.

— За работу до 2015 года. До 2015 года пенсия считалась по-другому, без баллов. Всё, что вы заработали раньше, фонд перевёл в баллы по специальной формуле. Так что ваш старый стаж никуда не пропал.

Сколько баллов можно получить за год: с 2021 года не больше 10, даже при очень большой зарплате.

Часть 2. Цена одного балла

Каждый балл стоит определённую сумму в рублях. Цена одинакова для всех пенсионеров в стране.

Каждый год государство повышает цену балла. Это называется **индексация**: пенсии повышают, чтобы они не «съедались» ростом цен. Когда растёт цена балла, автоматически растёт и ваша пенсия. Ничего делать для этого не нужно.

Часть 3. Фиксированная выплата

Это одинаковая для всех добавка к пенсии, своего рода основа. Неважно, сколько у вас баллов: эту сумму получают все, у кого есть страховая пенсия по старости. Её тоже повышают каждый год.

Некоторым людям фиксированная выплата положена в увеличенном размере. Например:

— тем, кому исполнилось 80 лет;

— людям с инвалидностью I группы;

— тем, у кого на содержании есть нетрудоспособные родственники, например несовершеннолетние дети или дети-студенты. В законе их называют «иждивенцы»;

— тем, кто проработал в сельском хозяйстве 30 лет и больше, живёт в сельской местности и не работает.

Об этих надбавках подробно поговорим в главе 6.

Сколько это в рублях сейчас

С 1 января 2026 года пенсии повысили на 7,6%. Сейчас действуют такие суммы:

— **Цена одного балла**(в 2026 году) — 156,76 #

— **Фиксированная выплата**(в 2026 году) — 9 584,69 #

Источник: Социальный фонд России, Госуслуги.

Что изменится в 2027 году

Обычно пенсии повышают один раз в год, 1 января. На 2027 год предлагают другой порядок: повышать два раза, в феврале и в апреле. Напомню, пока это проект, окончательно его примут до конца 2026 года.

Как это будет выглядеть по проекту:

Январь 2027.Пенсия не изменится. Вы получите столько же, сколько в декабре. Это не ошибка: повышение просто перенесли на февраль.

1 февраля 2027.Пенсии повысят примерно на 6,8%. Эту цифру считают по тому, насколько выросли цены за 2026 год. Повысятся обе части пенсии: и цена балла, и фиксированная выплата.

1 апреля 2027.Пенсии повысят ещё раз, на 3,3%. Но в этот раз дорожает только балл. Фиксированная выплата остаётся такой же, как в феврале.

Оба повышения получат все, у кого страховая пенсия: и работающие, и неработающие пенсионеры.

Вот какими примерно будут суммы. Это мой расчёт по процентам из проекта, точные цифры государство объявит официально. Обратите внимание: фиксированная выплата растёт один раз, 1 февраля, а в апреле остаётся прежней. Это не опечатка.

— **Цена балла—** сейчас: 156,76 #; с 1 февраля 2027: ≈ 167,42 #; с 1 апреля 2027: ≈ 172,94 #.

— **Фиксированная выплата—** сейчас: 9 584,69 #; с 1 февраля 2027: ≈ 10 236,45 #; с 1 апреля 2027: ≈ 10 236,45 #.

Если у вас социальная пенсия, её по проекту повысят на 6,8% с 1 апреля 2027 года.

Если вы льготники получаете ежемесячную денежную выплату (ЕДВ) как ветеран, человек с инвалидностью или чернобылец, её повысят на 6,8% с 1 февраля 2027 года.

Посчитаем на примере

Познакомьтесь с Галиной Петровной. Она на пенсии и уже не работает. За всю жизнь она накопила 120 баллов. Никаких надбавок у неё нет. Посчитаем её пенсию по формуле.

Сейчас, в 2026 году:

— Баллы × цена балла: 120 × 156,76 = 18 811,20 #

— Плюс фиксированная выплата: 18 811,20 + 9 584,69 = **28 395,89 #**

С 1 февраля 2027 года:

— 120 × 167,42 = 20 090,40 #

— 20 090,40 + 10 236,45 = **30 326,85 #**

— Пенсия выросла на 1 930,96 #.

С 1 апреля 2027 года:

— 120 × 172,94 = 20 752,80 #

— 20 752,80 + 10 236,45 = **30 989,25 #**

— Пенсия выросла ещё на 662,40 #.

Итого за 2027 год пенсия Галины Петровны вырастет на 2 593,36 #.

Почему в апреле прибавка меньше 3,3%? Потому что в апреле дорожает только балл, а фиксированная выплата не меняется. Повышение 3,3% касается только части пенсии.

Как проверить, сколько баллов учли вам

Формулу можно применить и в обратную сторону. Тогда вы узнаете, сколько баллов фонд насчитал именно вам.

Ваши баллы = (ваша пенсия − фиксированная выплата) ÷ цена балла

Пример. В 2026 году вы получаете 25 000 #. Надбавок у вас нет.

1. Вычитаем фиксированную выплату: 25 000 − 9 584,69 = 15 415,31

2. Делим на цену балла: 15 415,31 ÷ 156,76 ≈ **98,3 балла**

Важно: такой расчёт подходит, только если у вас простой случай. Он не сработает, если:

— вы живёте на Крайнем Севере или в похожих районах. Там пенсию умножают на специальный «районный коэффициент», и она больше;

— у вас есть надбавки к фиксированной выплате (80 лет, иждивенцы и т. д.);

— вы работаете. У работающих пенсионеров свои особенности, о них в главе 7.

Но в любом случае не беспокойтесь: точное число ваших баллов указано в документе из Социального фонда, он называется выписка из лицевого счёта. Как её получить и прочитать, расскажу в главах 3 и 4.

Что делать с результатом? Если баллов получилось заметно меньше, чем вы ожидали, глядя на свой стаж и зарплату, это хороший повод всё проверить. Возможно, какой-то период просто не учли.

Когда назначают страховую пенсию

Чтобы получить страховую пенсию по старости, нужны три условия сразу.

1. Возраст.После пенсионной реформы общий возраст выхода на пенсию — 60 лет для женщин и 65 лет для мужчин. Его повышали постепенно, поэтому для разных лет рождения возраст разный. Например, в 2026 году на пенсию выходили женщины 1967 года рождения (в 59 лет) и мужчины 1962 года рождения (в 64 года). А в 2027 году по общему правилу не выходит никто. Почему так и кто всё-таки может уйти раньше, расскажу в главе 2.

2. Стаж — не меньше 15 лет.Стаж — это время, которое вы работали (с уплатой взносов) плюс некоторые другие периоды: уход за ребёнком, служба в армии.

3. Баллы — не меньше 30.

Обратите внимание: стаж и баллы — это разные вещи. Стаж — это сколько лет. Баллы — это сколько «накоплено» за эти годы. Можно проработать 15 лет на маленькой зарплате и не набрать 30 баллов.

Что если стажа или баллов не хватает? Тогда страховую пенсию не назначат. Можно будет получить социальную пенсию по старости, но на пять лет позже: женщинам с 65 лет, мужчинам с 70 лет. Обычно она меньше страховой.

Поэтому так важно, чтобы все ваши периоды были учтены. Иногда именно одного забытого года не хватает до нужных 15 лет.

Можно ли увеличить пенсию, если оформить её позже

Да. Если вы имеете право на пенсию, но не оформляете её, потом пенсия будет больше. Работать при этом не обязательно. За каждый полный год отсрочки обе части пенсии умножают на специальные повышающие коэффициенты:

— если подождать 1 год, баллы умножат на 1,07 (то есть увеличат на 7%), а фиксированную выплату — на 1,056;

— если подождать 10 лет, баллы умножат на 2,32, а фиксированную выплату — на 2,11.

Кроме того, пока вы работаете, за вас продолжают платить взносы, и баллов становится больше.

Это может подойти тем, кто продолжает работать и пока не нуждается в пенсии.

Сделайте сейчас

1. **Узнайте, сколько вы получаете.**Посмотрите в банковском приложении или в справке о размере пенсии на Госуслугах.

2. **Посчитайте свои баллы по формуле**из этой главы. Запишите число, оно пригодится в главе 4.

3. **Отметьте в календаре 1 февраля и 1 апреля 2027 года.**В эти дни проверьте, пришла ли прибавка.

Если что-то пока непонятно, не страшно. Дальше будет больше примеров, и постепенно всё сложится в общую картину.

Глава 2. Кто выходит на пенсию в 2027 году

Начну с новости, которая многих удивляет.

В 2027 году по общему правилу на пенсию по старости не выходит никто.

Это не ошибка и не новая реформа. Так сложился график повышения пенсионного возраста, который начался в 2019 году. Ниже объясню, почему так получилось, и расскажу, кто всё-таки может оформить пенсию в 2027 году раньше срока.

Что такое «общее правило»

Когда говорят «выйти на пенсию по общему правилу», имеют в виду обычную страховую пенсию по старости. Ту, которую получает большинство людей.

Напомню три условия, о которых шла речь в первой главе. Чтобы получить такую пенсию, нужно одновременно:

— достичь пенсионного возраста;

— иметь не меньше 15 лет страхового стажа (это годы, за которые работодатель платил за вас взносы в Социальный фонд, а также некоторые периоды без работы, например уход за ребёнком);

— набрать не меньше 30 пенсионных баллов (ИПК — индивидуальный пенсионный коэффициент).

Если хотя бы одного условия нет, страховую пенсию не назначат. Тогда остаётся социальная пенсия, но она назначается на пять лет позже.

Почему в 2027 году никто не выходит

До 2019 года женщины выходили на пенсию в 55 лет, мужчины — в 60.

С 2019 года пенсионный возраст стали повышать постепенно, по графику переходного периода. Итоговый возраст — 60 лет для женщин и 65 лет для мужчин. Его достигают женщины 1968 года рождения и мужчины 1963 года рождения.

Посмотрите, как это выглядит для последних «ступенек» графика:

— **Женщины 1966, мужчины 1961**— пенсионный возраст: 58 и 63 года; когда выходят: в 2024 году.

— **Женщины 1967, мужчины 1962**— пенсионный возраст: 59 и 64 года; когда выходят: в 2026 году.

— **Женщины 1968, мужчины 1963**— пенсионный возраст: 60 и 65 лет; когда выходят: в 2028 году.

Видите закономерность? Каждый следующий год рождения добавляет к возрасту ещё год. Поэтому дата выхода сдвигается сразу на два календарных года.

Получается, что люди 1967 и 1962 годов рождения вышли в 2026 году, а следующие — 1968 и 1963 годов — выйдут только в 2028-м. На 2027 год никто не попадает.

Так же было в 2025 году. Это последний такой «пустой» год. Начиная с 2028 года новые пенсионеры по общему правилу будут появляться каждый год.

Если вы должны были выйти в 2026 году, но не успели

Это частый вопрос, поэтому отвечу сразу.

Если право на пенсию у вас уже появилось (например, вы женщина 1967 года рождения, вам исполнилось 59 лет, стажа и баллов хватает), вы можете подать заявление в любой момент. Хоть в 2027 году, хоть позже. Право никуда не пропадает.

Но пенсию назначают со дня обращения, а не задним числом. Значит, за месяцы, пока вы не подавали заявление, денег не будет.

Есть одно исключение. Если вы уволились с работы и подали заявление не позднее 30 дней после увольнения, пенсию назначат со дня, следующего за днём увольнения.

Есть и плюс. Если вы не оформляли пенсию сознательно и продолжали работать, за каждый полный год отсрочки баллы и фиксированная выплата увеличиваются по специальным коэффициентам. Подробно об этом я писала в первой главе.

Подать заявление можно не раньше чем за месяц до даты, когда появится право на пенсию. Способы: Госуслуги, клиентская служба Социального фонда, МФЦ или через работодателя.

Пенсию могут начать назначать без заявления

Об этом стоит знать тем, кто будет выходить на пенсию в ближайшие годы.

Министерство труда подготовило проект закона, по которому страховую пенсию по старости будут назначать без заявления, автоматически. Предлагаемая дата — 1 января 2027 года.

Как это должно работать по проекту: когда у человека появляется право на пенсию, Социальный фонд сам проверяет данные о возрасте, стаже и баллах, которые у него уже есть. Человек подтверждает согласие. Если он с чем-то не согласен, он может принести дополнительные документы.

Пока это именно проект. На момент, когда я пишу эти строки, закон не принят, и порядок может измениться.

И даже если закон примут, проверять свои данные всё равно нужно. Автоматика назначит пенсию по тем сведениям, которые есть в базе фонда. Если какой-то период работы туда не попал, он не попадёт и в пенсию. Как это проверить, расскажу в следующих главах.

Кто может выйти раньше

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.