**Как получить ответ на свой «пенсионный» вопрос?**

Чтобы получить ответы на вопросы, входящие в компетенцию Пенсионного фонда, гражданам не обязательно лично посещать клиентскую службу. Вопрос можно задать по телефону, онлайн или обратиться к материалам официального [сайта ПФР](http://www.pfrf.ru/).

Телефоны «горячих линий», по которым граждане могут получить консультации по общим вопросам пенсионного обеспечения у специалистов клиентской службы Управления указаны на региональной странице сайта ПФР в разделе «[Контакты региона](http://www.pfrf.ru/branches/murmansk/contacts/)». Взаимодействие с гражданами также происходит в социальных сетях [ВКонтакте](https://vk.com/pfr.murmanskayaoblast), [Одноклассники](https://ok.ru/pfr.murmanskayaoblast), [Facebook](https://www.facebook.com/pfr.murmanskayaoblast/), [Instagram](https://www.instagram.com/pfr.murmanskayaoblast/), [Twitter](https://twitter.com/pfr_murmansk).

Вопросы, для ответа на которые потребуется обратиться к материалам пенсионного дела, в том числе относительно назначенных выплат, можно направить через онлайн-приемную на сайте ПФР. Сервис [«Обращения граждан»](https://es.pfrf.ru/appeal/) доступен без регистрации, нужно только указать свои ФИО, дату рождения и задать сам вопрос.

Основные сведения по всем направлениям деятельности ПФР размещаются на официальном сайте Пенсионного фонда [www.pfrf.ru](http://www.pfrf.ru/). Прочитав нужный раздел или обратившись к сервисам [«Жизненные ситуации»](http://www.pfrf.ru/knopki/zhizn/) и [«Центр консультирования»](http://www.pfrf.ru/knopki/online_kons/), с большой долей вероятности можно найти ответ на свой вопрос, и консультация специалиста ПФР не понадобится.

В условиях сложившейся эпидемиологической обстановки гражданам рекомендуется пользоваться возможностью получать государственные услуги онлайн. Услуги и сервисы ПФР, предоставляемые в электронном виде, объединены в [Личном кабинете гражданина](https://es.pfrf.ru/#services-f) на сайте ПФР, а также доступны на портале [госуслуг](https://www.gosuslugi.ru/). Если посещение клиентской службы Пенсионного фонда необходимо, следует предварительно [записаться на прием](https://es.pfrf.ru/znp/).