Главная / Как подать заявление

Накопительная пенсия через Госуслуги: как подать заявление

Кому выплатят одной суммой, куда подавать — в Соцфонд или НПФ — и как не нажать не ту кнопку.



Дмитрий Бурнаев
Пенсионный эксперт · с 2007 года

5 минут чтения Обновлено 04.11.2026

КОРОТКО О ГЛАВНОМ

- ✓ **Одной суммой выплатят,** если вам 55 (женщинам) или 60 лет (мужчинам) и накоплений не больше 439 776 ₽ — или стажа и баллов не хватает на страховую пенсию.
- ✓ **На Госуслугах подают, если деньги в Соцфонде** — пункт 3 выписки. Если в НПФ (пункт 4), заявление подают в сам фонд.
- ✓ **Сумма выше порога?** Не подавайте заявление на накопительную пенсию: её назначат пожизненно, и вернуть назад нельзя. Сначала разберитесь с маршрутом.

Кому выплатят одной суммой

Нужны два условия: возраст и одно из трёх оснований.

1 Возраст

55 лет женщинам, 60 лет мужчинам — прежний пенсионный возраст. При льготном стаже — раньше. Подробнее о возрасте.

2 И одно из трёх

- ✓ накоплений не больше **439 776 ₽** — это порог 2026 года;
- ✓ стаж меньше 15 лет;
- ✓ меньше 30 пенсионных баллов (ИПК).

Порог считают так: 10% прожиточного минимума пенсионера (1 629 ₽) × 270 месяцев. Если сумма выше — одной суммой через Госуслуги не выплатят: всю

сумму, а не только излишек, переведут на пожизненные выплаты. Подробнее о пороге.

Куда подавать: Соцфонд или НПФ

Это решает выписка из лицевого счёта СФР — её можно заказать на Госуслугах за несколько минут. Как заказать и где смотреть.

Сумма в пункте 3 — деньги в Соцфонде. Заявление подают на Госуслугах — по шагам ниже.

Сумма в пункте 4 — деньги в НПФ. Заявление подают в этот фонд: в личном кабинете на его сайте или в офисе. Название фонда указано в выписке.

Заявление на Госуслугах по шагам

Если деньги в Соцфонде и вы проходите по условиям:

1. Войдите на Госуслуги с подтверждённой учётной записью.
2. В поиске наберите **«единовременная выплата пенсионных накоплений»** и откройте услугу **«Назначение единовременной выплаты средств пенсионных накоплений»**.
3. Проверьте данные: паспорт, СНИЛС, адрес. Выберите, куда перечислить деньги, — удобнее на банковский счёт.
4. Отправьте заявление. Решение придёт в личный кабинет — следите за статусом в разделе заявлений.



СОВЕТ ДМИТРИЯ

Не путайте с услугой «накопительная пенсия» — это пожизненная выплата. Нужна именно единовременная.

Подавайте сразу, как наступило право

За каждый год ожидания порог снижается: сумма, которая проходила в 55 лет, через год может уже не пройти. Как меняется порог по годам.

Три ошибки, из-за которых деньги не приходят одной суммой

ОШИБКА 1 ИЗ 3

Подали в Соцфонд, а деньги в НПФ

Человек когда-то перевёл накопления в негосударственный фонд и забыл об этом. Заявление уходит в СФР — и приходит отказ, хотя деньги есть.



СОВЕТ ДМИТРИЯ

Сначала выписка, потом заявления. В ней видно, кто ваш страховщик.

ОШИБКА 2 ИЗ 3

Выбрали не ту услугу

Рядом с единовременной выплатой есть услуга «накопительная пенсия» — это пожизненная ежемесячная выплата, часто несколько сотен рублей. Остаток после смерти не наследуется. Отменить назначение нельзя.



СОВЕТ ДМИТРИЯ

Если сумма выше порога или рядом с ним — не подавайте на пожизненную выплату вслепую.

ОШИБКА 3 ИЗ 3

После отказа нажали следующую кнопку

Отказ часто означает не «денег нет», а «их больше порога» или «они в другом фонде». Новое заявление наугад может закрыть путь к выплате одной суммой. Что делать после отказа.



СОВЕТ ДМИТРИЯ

Возьмите само решение с причиной отказа и закажите выписку — от них зависит следующий шаг.

? ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

Частые вопросы о выплате через Госуслуги

Уменьшится ли страховая пенсия, если забрать накопительную?

Нет. Единовременная выплата — это не отказ от пенсии. Страховая пенсия считается по стажу и баллам и платится по своим правилам, а накопления — отдельные деньги на отдельном счёте.

Чем отличаются страховая и накопительная пенсии

Как подать заявление, если деньги в Газфонде или другом НПФ?

Заявление на выплату подают в сам фонд: в его личном кабинете на сайте фонда или в офисе. Название фонда указано в пункте 4 выписки СФР.

Можно ли подать заявление без Госуслуг?

Да. Если деньги в Соцфонде — в клиентской службе СФР или через МФЦ. Если в НПФ — в офисе фонда.

Можно ли получить единовременную выплату повторно?

Да, если после первой выплаты на счёт снова поступили средства, но не раньше чем через 5 лет после предыдущей.

Источники

1. Федеральный закон от 30.11.2011 № 360-ФЗ «О порядке финансирования выплат за счёт средств пенсионных накоплений»
2. Федеральный закон от 28.12.2013 № 424-ФЗ «О накопительной пенсии»
3. Федеральный закон от 07.05.1998 № 75-ФЗ «О негосударственных пенсионных фондах» — выплаты из НПФ
4. Социальный фонд России

Информация носит общий характер и не является индивидуальной инвестиционной рекомендацией.



Дмитрий Бурнаев
Пенсионный эксперт · с 2007 года
Об авторе