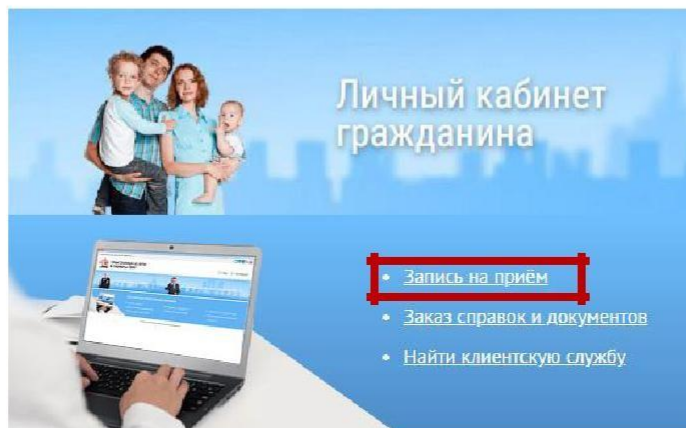


# Как записаться на прием в ПФР?



**Для обращения в территориальный орган ПФР лично необходимо записаться на прием одним из следующих способов:**

- 1. Через сервис «Запись на прием» на официальном сайте ПФР [es.pfrf.ru](http://es.pfrf.ru) в разделе «Электронные услуги и сервисы ПФР»  
(регистрация на едином портале государственных услуг (ЕПГУ) не требуется)**
- 2. Через мобильное приложение «ПФР» - можно скачать в Play market или App Store**
- 3. Через портал «Госуслуги.ру» или мобильное приложение «Госуслуги.ру»**
- 4. По номерам телефонов «горячих линий» территориальных органов ПФР на сайте ПФР в разделе «Контакты региона».**

**Большинство услуг ПФР доступны и в электронном виде. Подать заявление можно через «Личный кабинет гражданина» на сайте ПФР и портале Госуслуг, не выходя из дома!**