# 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.

Так как многие граждане предпочитают телефонные обращения, в территориальных органах ПФР Архангельской области в два раза увеличено количество телефонов «горячих линий», по которым граждане могут получить консультации по вопросам пенсионного и социального обеспечения. Актуальный список номеров размещен в разделе «Контакты региона» (вкладка «Структура отделения») на сайте ПФР www.pfrf.ru.

Также Отделение ПФР по Архангельской области взаимодействует со своими подписчиками в социальных сетях [ВКонтакте](https://vk.com/pfr.arhangelskayaoblast), [Одноклассники](https://ok.ru/pfr.arhangelskayaoblast), [Facebook](https://www.facebook.com/pfr.arhangelskayaoblast/), [Instagram](https://www.instagram.com/pfr.arhangelskayaoblast/). Вопрос можно задать через ту соцсеть, которой пользуется гражданин.

Вопросы, для ответа на которые потребуется обратиться к материалам пенсионного дела, в том числе относительно назначенных выплат, можно направить через [онлайн-приемную](https://es.pfrf.ru/appeal) на сайте ПФР. Сервис «Обращения граждан» доступен без регистрации, потребуется 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. Все услуги и сервисы ПФР, предоставляемые в электронном виде, объединены в Личном кабинете гражданина на сайте ПФР, а также доступны на портале госуслуг.

Берегите себя, своих близких и будьте здоровы!

Пресс-службаОПФР по Архангельской области