Граждане могут обратиться за назначением пенсии в любое время после возникновения права на нее. Заявление о назначении пенсии может быть подано в территориальный орган Пенсионного фонда России по месту жительства либо по месту пребывания либо по месту фактического проживания гражданина, либо в многофункциональный центр (далее – МФЦ), либо по почте.

Заявление  может быть подано лично гражданином, которому назначается пенсия, его представителем, либо через работодателя. Также гражданин может направить заявление в форме электронного документа через «[Личный кабинет гражданина](https://es.pfrf.ru/)» на официальном сайте ПФР через «[Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций)](https://www.gosuslugi.ru/)».

Заявление о назначении пенсии по старости может быть принято территориальным органом Пенсионного фонда Российской Федерации и до наступления пенсионного возраста гражданина, но не ранее чем за месяц до достижения соответствующего возраста.Днем обращения за пенсией является день приема заявления о назначении пенсии является днем обращения за пенсией (за исключением случая подачи заявления за месяц до достижения соответствующего возраста).

Днем обращения за пенсией является день приема заявления о назначении пенсии является днем обращения за пенсией (за исключением случая подачи заявления за месяц до достижения соответствующего возраста).