

Региональные горячие линии и социальные сети Пенсионного фонда РФ

Данные актуальны на 01.07.2022, источник: https://pfr.gov.ru/contacts/counseling_center/reg_lines

Регион	Телефон	Время работы горячей линии	Ссылки на социальные сети
Центральный федеральный округ			
ОПФР по Белгородской области	8-800-600-03-41	пн-пт с 8:00 до 17:00	https://vk.com/pfr.belgorodskayaoblast
ОПФР по Брянской области	8-800-600-03-42	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr_bryansk
ОПФР по Владимирской области	8-800-600-01-43	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 16:00	https://vk.com/pfr_vladimir
ОПФР по Воронежской области	8-800-600-03-46	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr_voronezh
ОПФР по Ивановской области	8-800-600-05-91	пн-чт с 8:15 до 17:30, пт с 8:15 до 16:15, сб-вс с 08:15 до 17:30	https://vk.com/pfr.ivanovskayaoblast
ОПФР по Калужской области	8-800-600-05-96	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 15:45	https://vk.com/pfr.kaluzhskayaoblast
ОПФР по Костромской области	8 (4942) 39-06-90	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 16:00	https://vk.com/pfr_kostroma
ОПФР по Курской области	8-800-600-06-52	пн-пт с 9:00 до 18:00	https://vk.com/pfr_kursk
ОПФР по Липецкой области	8 (4742) 42-92-15	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/pfr.lipeckayaoblast
ОПФР по Орловской области	8 (4862) 72-92-36	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr.orlovskayaoblast
ОПФР по Рязанской области	8-800-600-07-44	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/club51517199
ОПФР по Смоленской области	8-800-600-07-52	пн-пт с 9:00 до 18:00	https://vk.com/pfr_smolensk
ОПФР по Тверской области	8-800-600-01-87	пн-чт с 9:00 до 17:00, пт с 9:00 до 16:00	https://vk.com/pfr_tver
ОПФР по Тамбовской области	8-800-600-07-54	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/id288438184
ОПФР по Тульской области	8-800-600-03-81	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr.tulskayaoblast
ОПФР по Ярославской области	8-800-600-02-86	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 09:00 до 16:00	https://vk.com/pfr.yaroslavskayaoblast
ОПФР по г. Москве и Московской области	8-800-600-00-00	пн-чт с 9:00 до 17:45, пт с 9:00 до 16:30	https://vk.com/pfr.moskva.i.moskovskaya.oblast
Северо-Западный федеральный округ			
ОПФР по Республике Коми	8-800-600-03-26	пн-чт с 8:30 до 16:45, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/pfr_komi
ОПФР по Республике Карелия	8-800-600-02-94	пн-чт с 8:45 до 17:00, пт с 8:45 до 16:45	https://vk.com/pfr_karelia
ОПФР по Архангельской области и Ненецкому автономному округу	8-800-600-01-89	пн-пт с 8:30 до 16:45, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/pfr.arhangelskayaoblast
ОПФР по Вологодской области	8-800-600-03-45	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 16:00	https://vk.com/pfr.vologodskayaoblast
ОПФР по Калининградской области	8-800-600-02-49	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 15:30	https://vk.com/pfr_kaliningrad
ОПФР по Мурманской области	8-800-600-03-61	пн-чт с 8:30 до 17:00, пт с 8:30 до 15:00	https://vk.com/pfr.murmanskayaoblast
ОПФР по Новгородской области	8-800-600-02-68	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 17:00	https://vk.com/pfr.vnovgorod
ОПФР по Псковской области	8-800-600-01-76	пн-чт с 8:30 до 18:00, пт с 08:30 до 15:30	https://vk.com/pfr.pskovskayaoblast
ОПФР по Санкт-Петербургу и Ленинградской области	8-800-600-00-00	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:30	https://vk.com/pfr.spbleningradskayaoblast

Регион	Телефон	Время работы горячей линии	Ссылки на социальные сети
Северо-Кавказский федеральный округ			
ОПФР по Республике Ингушетия	8 (8734) 55-17-99	пн-пт с 9:00 до 18:00	https://vk.com/pfr.respublikaingushetia
ОПФР по Кабардино-Балкарской Республике	8 (800) 600-01-84	пн-пт с 9:00 до 18:00	https://vk.com/id295213546
ОПФР по Карачаево-Черкесской Республике	8-800-600-02-91	пн-пт с 8:00 до 17:00	https://vk.com/pfr.kchr
ОПФР по Республике Северная Осетия-Алания	8 (8672) 51-80-92	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr.alania
ОПФР по по Республике Дагестан	8-800-600-03-17	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/public80544420
ОПФР по Чеченской Республике	8-800-600-02-96	пн-чт с 9:00 до 18.00, пт с 9:00 до 17:00	https://vk.com/pfr_chechnya
ОПФР по Ставропольскому краю	8-800-600-02-36	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 16:15	https://vk.com/opfr_sk
Южный федеральный округ			
ОПФР по Республике Адыгея	8-800-600-01-58	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 17:00	https://vk.com/pfr.respublikaadigeya
ОПФР по Республике Калмыкия	8-800-600-03-24	пн-чт с 8:45 до 18:00, пт с 8:45 до 16:45	https://vk.com/pfr.kalmykia
ОПФР по Краснодарскому краю	8-800-600-03-55	пн-чт с 8:30 до 17:00, пт с 8:30 до 16:00	https://vk.com/pfr.krasnodarskiikrai
ОПФР по Астраханской области	8-800-600-05-74	пн-пт с 8:00 до 17:00	https://vk.com/pfr_astrakhan
ОПФР по Волгоградской области	8 (8442) 96-09-09	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 16:00	https://vk.com/pfr.volgogradskayaoblast
ОПФР по Ростовской области	8-800-600-01-95	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr.rostovskayaoblast
ОПФР по Республике Крым	8-800-600-00-00	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr.respublikakrym
ОПФР по г. Севастополь	8 (8692) 22-13-31	пн-чт с 9:00 до 18:00; пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr.sevastopol
Приволжский федеральный округ			
ОПФР по Республике Башкортостан	8-800-600-02-21	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr_bashkortostan
ОПФР по Республике Марий Эл	8-800-600-02-15	пн,вт,чт с 8:00 до 20:00, ср,пт с 8:00 до 17:00	https://vk.com/pfr_mariel
ОПФР по Республике Мордовия	8-800-600-03-28	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/pfr.respublikamordoviya
ОПФР по Республике Татарстан	8-800-600-00-00	пн-пт с 8:00 до 17:30	https://vk.com/pfr_rt
ОПФР по Чувашской Республике	8-800-600-04-85	пн,вт,чт с 8:00 до 19:00, ср,пт с 8:00 до 17:00	https://vk.com/pfr.chuvashia
ОПФР по Удмуртской Республике	8 (3412) 40-01-23	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/pfr_udmurtia
ОПФР по Кировской области	8-800-600-02-53	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 15:45	https://vk.com/pfr.kirovskayaoblast
ОПФР по Нижегородской области	8 (800) 600-06-74	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 16:00	https://vk.com/public191930818
ОПФР по Оренбургской области	8-800-600-01-62	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr.orenburgskayaoblast
ОПФР по Пензенской области	8-800-600-00-00	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 15:45	https://vk.com/pfr.penza
ОПФР по Пермскому краю	8-800-600-02-73	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr.permskiykray
ОПФР по Саратовской области	8 (8452) 37-98-77	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 16:00	https://vk.com/pfrsaratov
ОПФР по Самарской области	8-800-600-02-34	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/pfr.samarskayaoblast
ОПФР по Ульяновской области	8-800-600-03-88	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 16:00	https://vk.com/pfr.ulyanovskayaoblast
Уральский федеральный округ			
ОПФР по Ханты-Мансийскому автономному округу - Югре	8-800-600-05-19	пн с 9:00 до 18:00, вт-пт с 9:00 до 17:00 (перерыв с 13:00 до 14:00)	https://vk.com/public209087212

Регион	Телефон	Время работы горячей линии	Ссылки на социальные сети
ОПФР по Ямало-Ненецкому автономному округу	8-800-600-02-14	пн с 8:30 до 18:00, вт-пт с 8:30 до 17:00 (перерыв с 12:30 до 14:00)	https://vk.com/pfr_yanao
ОПФР по Курганской области	8-800-600-06-27	пн-пт с 8:00 до 17:00	https://vk.com/club88309292
ОПФР по Свердловской области	8-800-600-03-89	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/pfr.sverdlovskayaoblast
ОПФР по Тюменской области	8-800-600-01-82	пн-пт с 8:00 до 17:00	https://vk.com/pfrf72
ОПФР по Челябинской области	8-800-600-02-77	пн-чт с 9:00 до 17:00, пт с 9:00 до 15:45	https://vk.com/pfr.chelyabinskayaoblast
Сибирский федеральный округ			
ОПФР по Республике Алтай	8-800-600-02-54	пн-пт с 08:00 до 17.00	https://vk.com/pfr_raltay
ОПФР по Республике Хакасия	8-800-600-04-39	пн-пт с 08:00 до 17.00	https://vk.com/pfr.hakasiya
ОПФР по Республике Тыва	8-800-600-04-92	пн-пт с 8:00 до 17:00	https://vk.com/pfr_tuva
ОПФР по Иркутской области	8-800-600-01-48	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 9:00 до 16:45	https://vk.com/pfr_irkutsk
ОПФР по Красноярскому краю	8-800-600-04-18	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 16:00	https://vk.com/pfr.krasnojarskjkraj
ОПФР по Алтайскому краю	8-800-600-07-14	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 16:00	https://vk.com/pfraltaikrai
ОПФР по Кемеровской области	8-800-600-06-19	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/pfr.kemerovskayaoblast
ОПФР по Новосибирской области	8-800-600-07-20	пн-чт с 8:30 до 17:15, пт с 8:30 до 16:00	https://vk.com/id252416197
ОПФР по Омской области	8-800-600-04-13	пн-чт с 8:30 до 17:45, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/pfr.omskayaoblast
ОПФР по Томской области	8-800-600-04-17	пн-чт с 8:00 до 17:00, пт с 8:00 до 15:45	https://vk.com/pfr.tomsкаяoblast
Дальневосточный федеральный округ			
ОПФР по Республике Бурятия	8-800-600-00-00	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 16:15	https://vk.com/pfr_buryatia
ОПФР по Республике Саха (Якутия)	8-800-600-02-98	пн-пт с 9:00 до 18:00	https://vk.com/pfr.respublikasakhayakutia
ОПФР по Чукотскому автономному округу	8-800-600-05-29	пн-пт с 8:30 до 17:00	https://vk.com/pfr.chukotka
ОПФР по Забайкальскому краю	8-800-600-02-51	пн-чт с 8:30 до 17:45, пт с 8:30 до 16:30	https://vk.com/club203186201
ОПФР по Приморскому краю	8-800-600-03-35	пн-чт с 8:30 до 17:30, пт с 8:30 до 16:15	https://vk.com/pfr_primorye
ОПФР по Хабаровскому краю и Еврейской Автономной области	8-800-600-01-56	пн-чт с 8:45 до 18:00, пт с 9:00 до 17:00	https://vk.com/pfr.habarovskiykraj
ОПФР по Камчатскому краю	8 (4152) 42-90-79	пн-пт с 9:00 до 18:00	https://vk.com/pfr_kamchatka
ОПФР по Амурской области	8-800-600-02-38	пн-пт с 8:00 до 17:00	https://vk.com/amuropfr https://vk.com/pfr_amur
ОПФР по Магаданской области	8 (4132) 69-80-93	пн-чт с 9:00 до 17:45, пт с 9:00 до 17:30	https://vk.com/pfr_magadan
ОПФР по Сахалинской области	8-800-600-07-48	пн-чт с 9:00 до 18:15, пт с 9:00 до 17:00	https://vk.com/pfr.sakhalinskayaoblast
ОПФР по г. Байконур	8 (33622) 7-34-37	пн-чт с 9:00 до 18:00, пт с 09:00 до 16:45	https://vk.com/opfr_baikonur