

# 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](https://pfr.gov.ru/contacts/counseling_center/reg_lines)

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

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

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