



## Чек-листа "Как накопить на пенсию"

ИСПОЛЬЗУЙ ПО МАКСИМУМУ ВСЕ ВОЗМОЖНОСТИ! Это простой чек-лист, который поможет вам ЗАДУМАТЬСЯ и начать ДЕЙСТВОВАТЬ! Есть ли жизнь на пенсии! ДА! И она может быть полноценной и прекрасной, ЕСЛИ вы начнете действовать уже сейчас.

### 1. Узнать размер своей пенсии на сегодня. Заказать выписку из ПФР на госуслугах.

- 1.1 Зайти в личный кабинет на госуслугах
- 1.2 Раздел "Справки, выписки"
- 1.3 Извещение о состоянии лицевого счета
- 1.4 Выписка о состоянии индивидуального лицевого счета

### 2. Рассчитать сколько вам нужно, чтобы спокойно жить в "золотом" возрасте

- 2.1 Запишите, сколько вам сейчас лет  
*Чем раньше мы начинаем копить на пенсию, тем легче и комфортнее.*
- 2.2 Поразмышляйте. До какого возраста вы планируете дожить.  
*Все мы хотим жить долго и смотрим на это оптимистично. Но будьте реалистами: оцените свой возраст, состояние здоровья...*
- 2.3 Посчитать - на какую сумму в месяц хотим жить на пенсии  
*Включите сюда расходы ЖКХ, питание, лекарства, непредвиденные расходы (чаще*

всего на лечение), путешествия, помощь детям и внукам

**2.4** Произведите расчет по шаблону и определите - сколько нужно начать откладывать прямо сейчас

1) сейчас 30 лет 2) планирую прожить до 85 лет 3) сумма в месяц на пенсии 40 000 руб  
4) 55 лет есть на накопления 5) 55 лет=660месяцев 6)  $660 \times 40000 = 26\,400\,000$  руб. надо накопить за 55 лет 7) пенсия 15000 8) за 55 лет государство выплатит :  $15000 \times 660 = 9\,900\,000$  руб 9) своими силами останется накопить 16 500 000 руб 10) начинать откладывать по 25000 руб. ежемесячно уже сейчас ( $16\,500\,000 : 660$ ) Если у вас есть такая возможность, СУПЕР))) А если - НЕТ. Что будем делать? Жить на государственную пенсию?

**3. Что еще можно сделать (если нет возможности ежемесячно откладывать по 25000 руб. (как в примере))**

**4. Использовать льготы и соцподдержку от государства**

**4.1** Налоговые вычеты

если у вас официальный доход, с которого платится НДФЛ по ставке 13%. можно получить за лечение, обучение, взносы по страховому накоплению в страховых компаниях, ипотеке ...

**4.2** Платные медицинские услуги по полису ОМС

найдите частную клинику для бесплатного лечения [ffoms.gov.ru](http://ffoms.gov.ru)

**4.3** Бесплатные лекарства

Государство обязуется обеспечить человека платными лекарствами бесплатно в случае тяжелых заболеваний.

**4.4** Социальные льготы

Социальные программы для многодетных семей, для молодых специалистов, гранты субсидии на старт своего предпринимательства. Но помните!!! Все льготы имеют заявительный характер. Пока вы сами не заявите, никто вам их не предоставит.

**4.5** Субсидия на оплату ЖКХ

Если на оплату ЖКХ уходит больше 10% семейного дохода, имеет смысл оформить государственную субсидию. За списком документов в МФЦ

## 5. Искать новые или дополнительные источники дохода

5.1 Подработка

5.2 Расширяйте свои возможности

*Учиться, знакомиться, находить новых людей с возможностями*

5.3 Оформите полис накопительного страхования жизни

*Это я вам ответственно заявляю! Именно в непредвиденных ситуациях (травмы, смертельно опасные заболевания) мы теряем доходы, или его требуется еще больше*

5.4 Откройте свое дело

*Может именно это вам и нужно сделать?*

## 6. Погасить все долги

6.1 Погасить все долги!!! Еще раз снова и снова напоминаю об этом!!

*Без долгов вы будете спокойнее! У вас появятся свободные деньги!*

Нет ничего невозможного!! Надо просто делать!!! Прямо сейчас сделай что-то!!!!  
Пройди по всем разделам чек-листа. Отмечай, что получилось. Фиксируй изменения!

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?