



Мини-инструкция: как сохранить и получить пенсию через SODRA (для иностранцев)

Даже если вы работаете в Литве несколько лет и планируете уехать, этот период может дать право на литовскую пенсию. Главное — чтобы работа была официальной, взносы уплачивались, а документы были сохранены.

Ниже — короткий алгоритм, что нужно сделать.

1. Что такое SODRA

SODRA — государственная система социального страхования Литвы.

Она отвечает за выплаты:

- пенсии по старости
- больничные
- декретные
- пособие по безработице

Право на пенсию формируется из трёх факторов:

- официальная зарплата
- уплаченные взносы
- накопленный страховой стаж

2. Основные правила пенсионной системы

Пенсию можно получать из любой страны

- гражданство значения не имеет
- выплаты могут перечисляться за границу
- размер зависит только от стажа и взносов в Литве

Минимальный стаж

- полный размер пенсии — около **35 лет стажа**
- если стаж меньше — выплачивается **пропорциональная часть**

Даже **4–6 лет работы** могут дать право на небольшую пенсию.

Пример (в сегодняшних ценах):

Стаж	Примерная пенсия
4 года	~40–80€
5 лет	~55–95€
6 лет	~70–115€

3. Как формируется пенсия

Пенсия состоит из **двух частей**.

1. Базовая часть

Зависит от количества стажа.

- полный размер — при ~35 годах стажа
- при меньшем стаже выплачивается доля

2. Индивидуальная часть

Зависит от дохода.

Каждый год начисляются **пенсионные единицы**:

зарплата / средняя зарплата страны





Пример:

Зарплата	Пенсионные единицы
равна средней	1
1.5 средней	1.5
2 средней	2

Стоимость одной единицы примерно добавляет **8–9 € к ежемесячной пенсии.**

4. Как засчитывается стаж

Год стажа засчитывается полностью, если за год уплачены взносы минимум с **12 минимальных зарплат (ММА).**

Пример:

Доход за год	Засчитанный стаж
≥ 12 ММА	1 год
6 ММА	~0.5 года
3 ММА	~0.25 года

Важно:

- высокая зарплата ускоряет накопление стажа
- низкий доход может давать только часть года стажа

5. Важные особенности для предпринимателей Индивидуальная деятельность (Individuali veikla)

Платятся взносы:

- **VSD** — пенсионное страхование
- **PSD** — медицинское страхование

База расчёта — **90% прибыли.**

Малое предприятие (MB)

Если есть выплаты руководителю:

- платятся взносы
- стаж начисляется

Если только дивиденды:

- взносов нет
- стаж не начисляется

Компания (UAB)

- директор с зарплатой → стаж начисляется
- только дивиденды → стажа нет

6. Что обязательно сделать перед выездом из Литвы

Шаг 1

Зайти в систему **Mano Sodra.**

Шаг 2

Сформировать и скачать документы:

- REP.02
- REP.51
- REP.03
- REP.04





Шаг 3

Проверить:

- периоды работы
- начисленный стаж

Шаг 4

Сохранить документы:

- в облаке
- на внешнем носителе
- бумажную копию

Шаг 5

Сохранить документы от работодателя:

- трудовой договор
- payslip (расчёт зарплаты)
- документы об увольнении

Шаг 6

Сохранить:

- доступ к Mano Sodra
- контакты Sodra

7. Как оформить пенсию из другой страны

Шаг 1

Достигнуть пенсионного возраста Литвы.

Подать заявление на:

Senatvės pensija (пенсия по старости).

Шаг 2

Подать заявление:

- напрямую в Sodra
- или
- через пенсионный орган страны проживания

Шаг 3

Приложить документы:

Минимальный пакет:

- паспорт
- банковский счёт (IBAN)
- REP.02
- REP.51
- REP.03

Иногда дополнительно:

- REP.04
- подтверждение адреса

Шаг 4

Получение выплат

Пенсия:

- выплачивается **ежемесячно**
- в **евро**
- может переводиться **в любую страну**

8. Типичные ошибки

Потеря документов

Через 10–20 лет сложно подтвердить стаж.

Что делать:

- сохранить REP.02, REP.51, REP.03, REP.04
- хранить несколько копий





«Дырки» в стаже

Причины:

- ошибки работодателя
- неоплаченные взносы
- поздние декларации

Решение:

- проверять стаж раз в год в Mano Sodra

Доход без пенсионных взносов

Частые ситуации:

- дивиденды вместо зарплаты
- отсутствие VSD

Результат:

- стаж **не начисляется**

9. Минимальная стратегия для временной работы в Литве

Если вы работаете в стране несколько лет:

1. Работайте **официально**.
2. **Проверяйте стаж** в системе Sodra.
3. **Сохраняйте документы**.
4. Перед выездом **обновите пакет справок**.

Коротко

Даже несколько лет официальной работы в Литве могут дать право на будущую пенсию. Главное — чтобы взносы уплачивались, стаж был зафиксирован, а документы сохранены. Когда наступит пенсионный возраст Литвы, можно подать заявление в Sodra и получать выплаты независимо от страны проживания.

