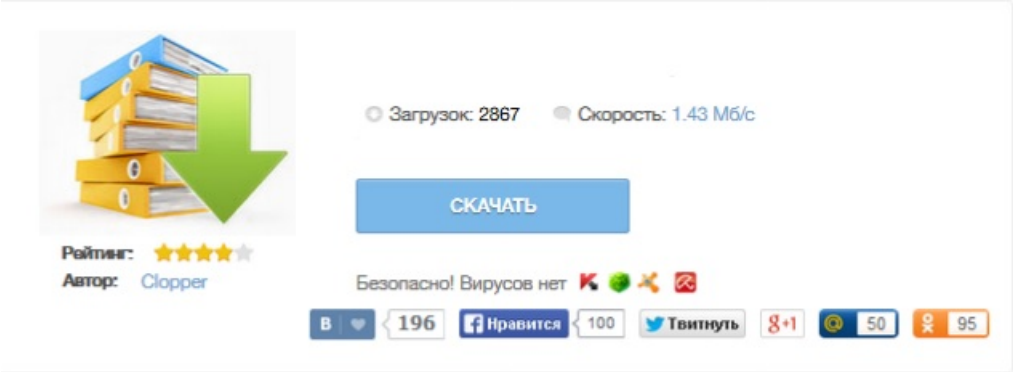как написать заявление в пенсионный фонд