

Prompt

ChatGPT для сиделки

50 готовых
промптов

для соцсетей, клиентов
и продаж

ChatGPT

YandexGPT

GigaChat

Стас Ростов

Стас Ростов

**ChatGPT для сиделки: 50
готовых промптов для
договорённостей, отчётов и смен**

«Автор»

2026

Ростов С.

ChatGPT для сиделки: 50 готовых промптов для договорённостей, отчётов и смен / С. Ростов — «Автор», 2026

50 готовых промптов для частных сиделок и помощников по уходу за пожилыми людьми: дневные, ночные и суточные смены, работа с проживанием, сопровождение к врачу. Объявления, договорённости с родственниками, распорядок, отчёты и передача смены, цены, отзывы и учёт. Что внутри: Объявления и поиск семей; Семья, подопечный и смены; Цены, график и условия; Отзывы, учёт и рост; 5 примеров готовых ответов нейросети: объявление на Авито, отчёт о смене, расчёт цены смены, резкое ухудшение и другие; шпаргалка из 13 фраз, чтобы быстро поправить ответ. Каждый промпт выделен рамкой: скопируйте, замените на свои и отправьте. Работает в ChatGPT, YandexGPT, GigaChat, Claude и других нейросетях.

© Ростов С., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Как пользоваться набором	6
Содержание	7
Объявления и поиск семей (1–12)	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Стас Ростов

ChatGPT для сиделки: 50 готовых промптов для договорённостей, отчётов и смен

ChatGPT для сиделки: 50 готовых промптов для договорённостей, отчётов и смен

Как пользоваться набором

50 готовых промптов для частных сиделок и помощников по уходу за пожилыми людьми: дневные, ночные и суточные смены, работа с проживанием, сопровождение к врачу. Объявления, договорённости с родственниками, распорядок, отчёты и передача смены, цены, отзывы и учёт. Промпты работают в ChatGPT, YandexGPT, GigaChat и Claude.

1. Начните с промпта №39: он соберёт описание вашей работы. Вставляйте его перед другими промптами, чтобы тексты звучали вашим голосом.

2. Замените всё в [квадратных скобках] на свои данные: город и район, формат смен, цены, обязанности, правила работы.

3. Правьте ответ диалогом: «короче», «мягче», «добавь цену».

Важно. Лечение, лекарства и дозировки — только по назначению врача: не просите нейросеть подбирать лекарства, ставить диагнозы или толковать давление и анализы и не давайте таких советов родственникам. Давайте лекарства только по письменной схеме врача, которую передали родственники. При резком ухудшении состояния подопечного сразу звоните 103 или 112, затем родственникам. Условия договора и ответственность советуем сверить с юристом. Не вставляйте в нейросеть ФИО, адрес, диагнозы и документы подопечного.

Содержание

Объявления и поиск семей (1–12)

1. Объявление на Авито · 2. Заголовки под запросы · 3. Объявления под форматы · 4. Резюме сиделки · 5. Фото для объявления · 6. Пост о начале работы · 7. Сообщение в чат района · 8. Письмо в агентство · 9. Просьба о рекомендации · 10. Почему частная сиделка · 11. Частые вопросы родственников · 12. Ключевые слова

Семья, подопечный и смены (13–26)

13. Первый ответ на заявку · 14. Вопросы для первой встречи · 15. Итоги договорённостей · 16. Распорядок дня · 17. Отчёт о смене · 18. Передача смены · 19. Резкое ухудшение · 20. Просьба изменить лекарства · 21. Отказ от еды или гигиены · 22. Подопечный раздражён · 23. Разные указания родственников · 24. Дополнительные обязанности · 25. Замена смены · 26. Завершение работы

Цены, график и условия (27–38)

27. Расчёт цены смены · 28. Прайс-лист · 29. График смен на месяц · 30. Условия работы · 31. Форматы работы · 32. Возражение «дорого» · 33. Доп. услуги · 34. Праздничные дни · 35. Отчёт о расходах · 36. Сборы к врачу · 37. Повышение цен · 38. Мой отпуск

Отзывы, учёт и рост (39–50)

39. Описание моей работы · 40. Просьба об отзыве · 41. Ответ на хороший отзыв · 42. Ответ на плохой отзыв · 43. Отзывы в контент · 44. Журнал смен · 45. Свободные смены · 46. Чек-лист смены · 47. Инструкция для сменщицы · 48. Конкуренты · 49. План роста · 50. Разбор месяца

Примеры готовых ответов · Как получать ответы лучше · Бонус: шпаргалка «как поправить ответ»

Объявления и поиск семей (1–12)

1. Объявление на Авито. Ты эксперт по продвижению услуг по уходу. Напиши объявление сиделки в [город, район]. Формат: [дневные, ночные, суточные смены, почасово, с проживанием]. Что делаю: [гигиена, кормление, прогулки, контроль приёма лекарств по схеме врача, отчёты родственникам], чего не делаю [мои правила], опыт и обучение [данные], цены [данные]. Структура: заголовок до 50 знаков, 2 первые строки о главном, обязанности, цены, призыв написать. До 1500 знаков, без обещаний «вылечу» и «поставлю на ноги».

2. Заголовки под запросы. Напиши 12 заголовков под запросы: «сиделка для пожилого человека», «сиделка на ночь», «сиделка с проживанием», «уход за лежачим», «сопровождение к врачу». До 50 знаков, с конкретикой (формат, район, цена), без «лучшая сиделка».

3. Объявления под форматы. Составь 4 отдельных объявления: [почасовой уход / дневная смена / ночная смена / сопровождение в поликлинику]. В каждом: что входит, часы, цена, какой отчёт получают родственники. По 700 знаков.

4. Резюме сиделки. Составь резюме по моим данным: [опыт, с какими подопечными работала, обучение и курсы, что умею, чего не делаю, рекомендации, график]. До 1500 знаков, только факты из моих данных.

5. Фото для объявления. Составь план из 5 фото: мой портрет, документы об обучении и рекомендации без личных данных, пример отчёта без имён, я на прогулке. Для каждого фото: что оно показывает родственникам. Подопечных снимаем только с их согласия.

6. Пост о начале работы. Напиши пост «Как я начинаю работу с новой семьёй» по моему описанию: [знакомство, пробная смена, как договариваемся]. До 1200 знаков, в конце предложение связаться.

7. Сообщение в чат района. Напиши сообщение для чата района [название], где разрешена реклама: ищу семью для ухода за пожилым человеком рядом [ориентир], формат и цена [данные], опыт. До 500 знаков, без навязчивости.

8. Письмо в агентство. Напиши письмо в агентство по подбору сиделок: опыт, формат смен, район, рекомендации [данные]. До 800 знаков, деловым языком.

9. Просьба о рекомендации. Напиши сообщение семье, с которой я работала [срок], с просьбой о рекомендательном письме: что в нём хорошо бы упомянуть [срок, обязанности], можно ли давать их контакт. До 500 знаков, тепло и без давления.

10. Почему частная сиделка. Сформулируй 5 честных причин выбрать меня: [один человек без постоянной смены лиц, отчёт после каждой смены, гибкий график, опыт, рекомендации]. Каждая: фраза для объявления и доказательство, которое я могу показать.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.