

10. Internet-Cafe der Senioren

THEMA:

“Chatty” -

dein digitaler Freund und Helfer

Künstliche Intelligenz & ChatGPT – einfach erklärt

🔍 Was ist Künstliche Intelligenz (KI)?

Künstliche Intelligenz (KI) bedeutet: Ein Computerprogramm lernt aus sehr vielen Beispielen, um Aufgaben zu lösen. Es erkennt Muster – in Texten, Bildern, Sprache – und gibt dann passende Antworten oder Vorschläge.

📌 Wie funktioniert das technisch (ganz grob)?

- KI-Modelle wie ChatGPT beruhen auf sogenannten LLMs (Large Language Models = große Sprachmodelle)
- Diese werden mit Milliarden von Textbeispielen trainiert – z. B. aus Büchern, Webseiten oder Gesprächen
- Das Modell analysiert, welche Wörter oft zusammen vorkommen – und sagt dann voraus, wie ein Satz am besten weitergehen könnte
- Das funktioniert nicht regelbasiert, sondern über Wahrscheinlichkeiten

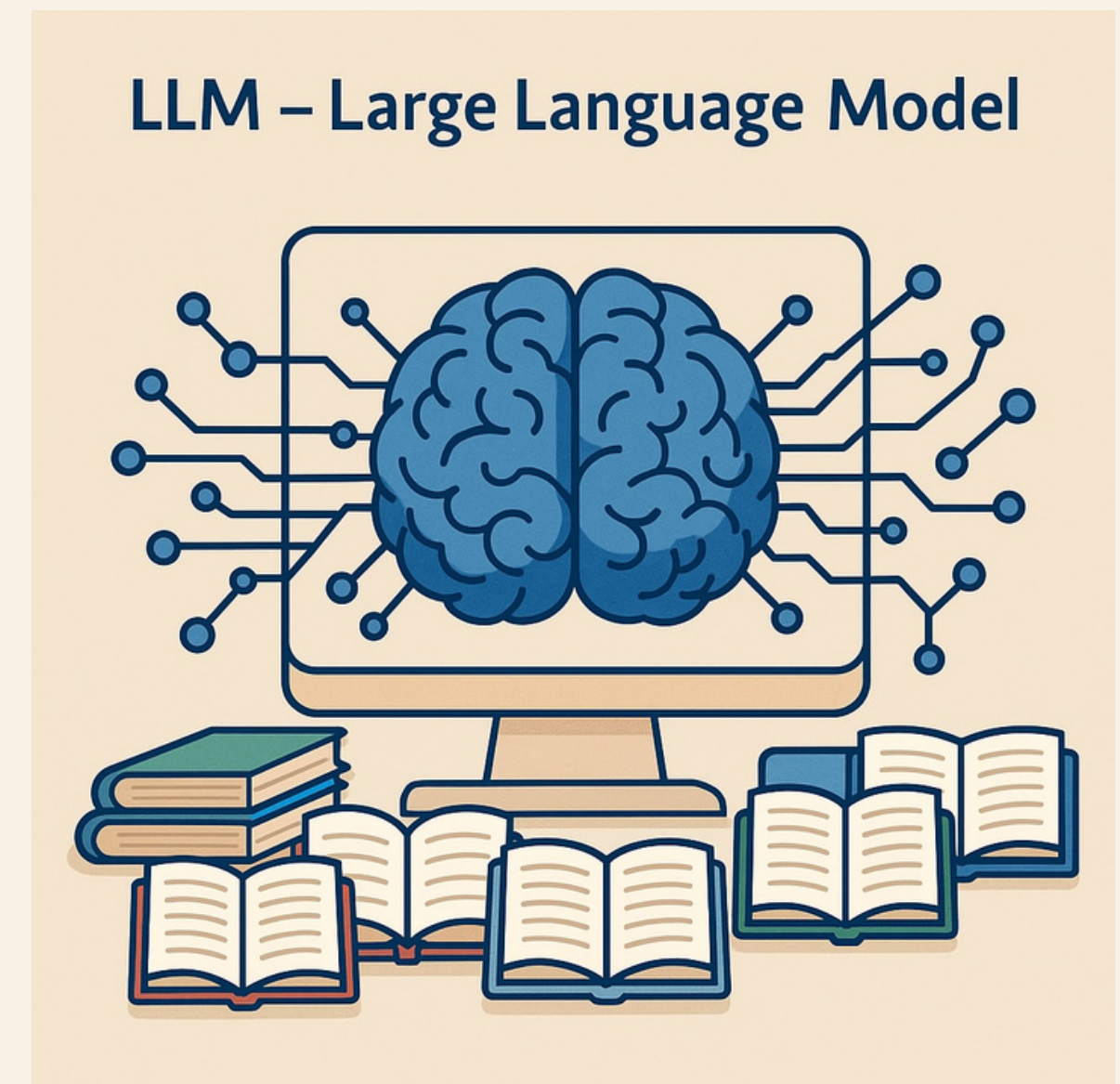


Abbildung mit “Chatty” (ChatGPT) erstellt

Andere KIs – nicht nur ChatGPT

ChatGPT ist sehr bekannt – aber nicht die einzige Künstliche Intelligenz. Es gibt inzwischen mehrere sogenannte „KI-Modelle“, die ähnlich funktionieren:
Man stellt eine Frage – und bekommt eine passende Antwort.

Name	Anbieter	Besonderheiten
ChatGPT	OpenAI	sehr beliebt, leicht zu bedienen, viele Einsatzmöglichkeiten
Gemini	Google	direkt in Google-Suche & Android integriert
Claude	Anthropic	formuliert besonders vorsichtig und freundlich
Perplexity	Eigenständig	zeigt Quellen, kombiniert Websuche mit KI
Microsoft Copilot	Microsoft	direkt in Word, Excel & Co. integriert – hilft beim Schreiben & Rechnen

ChatGPT – So funktioniert die Nutzung

Was brauche ich, um ChatGPT zu nutzen?

- Ein Gerät mit Internetverbindung (Smartphone, Tablet, PC oder Laptop)
- Einen kostenlosen Account bei OpenAI → Registrierung mit E-Mail-Adresse oder Google-/Apple-Konto
- Die ChatGPT-App (für Android & iPhone) → Alternativ: Nutzung im Browser (www.chat.openai.com)



Wie funktioniert die Bedienung?

- Text eintippen: Einfach eine Frage oder einen Satz schreiben,
 - z. B.: Was koche ich heute aus Porree und Kartoffeln?“
- **Oder:** Spracheingabe nutzen (Smartphone-App)
 - Mikrofon antippen und direkt sprechen.
 - Die Antwort kommt wie ein Chat-Gespräch zurück.
- **Oder:** Gesprochener Dialog (nur in der App möglich):
 - Sie sprechen – ChatGPT antwortet hörbar mit Stimme
 - Funktioniert wie ein echtes Gespräch (Frage – Antwort – Rückfrage)
 - Besonders praktisch z. B. beim Kochen, Spazieren oder auf Reisen

Live Demo Teil I

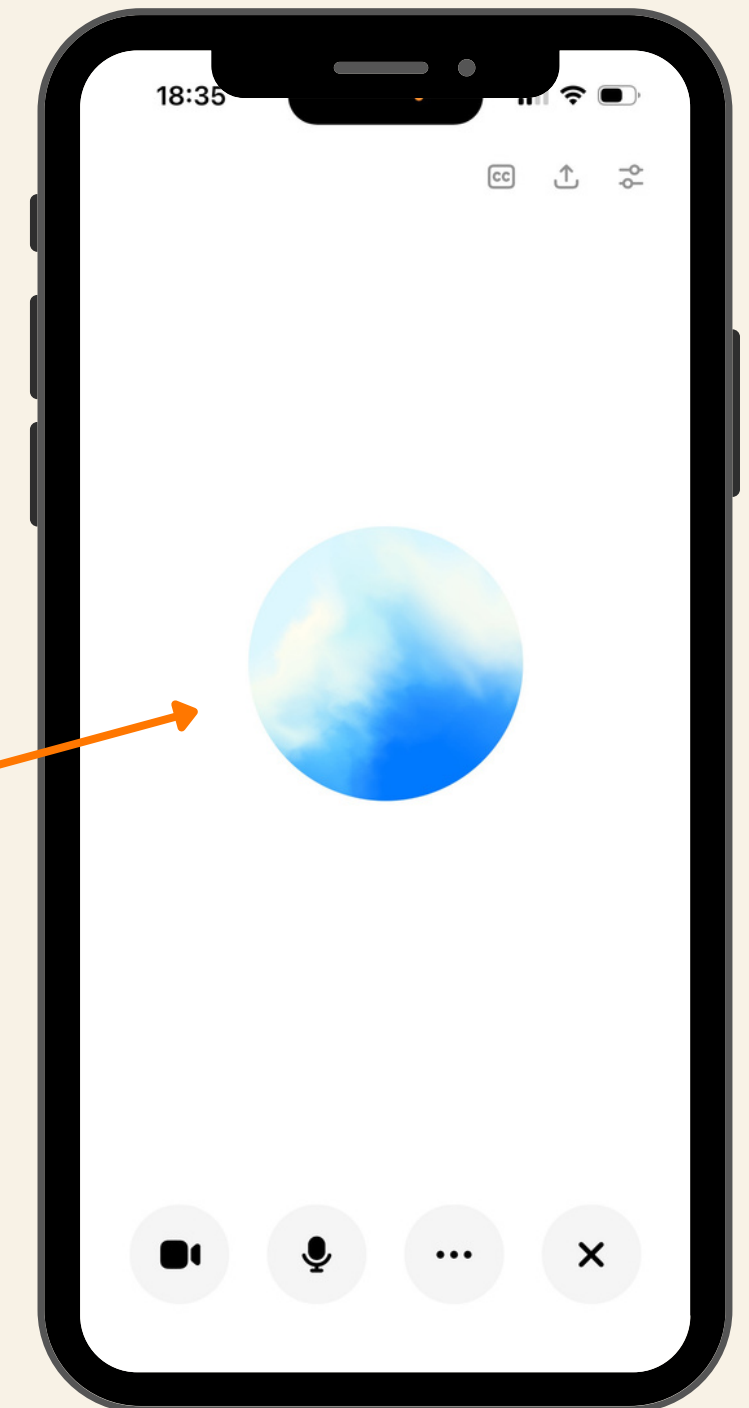


A) Text eintippen: Einfach eine Frage oder einen Satz schreiben

B) Spracheingabe nutzen (Smartphone-App) -
Mikrofon antippen und direkt sprechen.

C) Gesprochener Dialog
(nur in der App möglich, und nur ,mit einem kostenpflichtigen Account,
ca. 20€/Monat)

Bei allen Methoden wird immer alles "transkribiert" - d.h. man kann es jederzeit nachlesen.

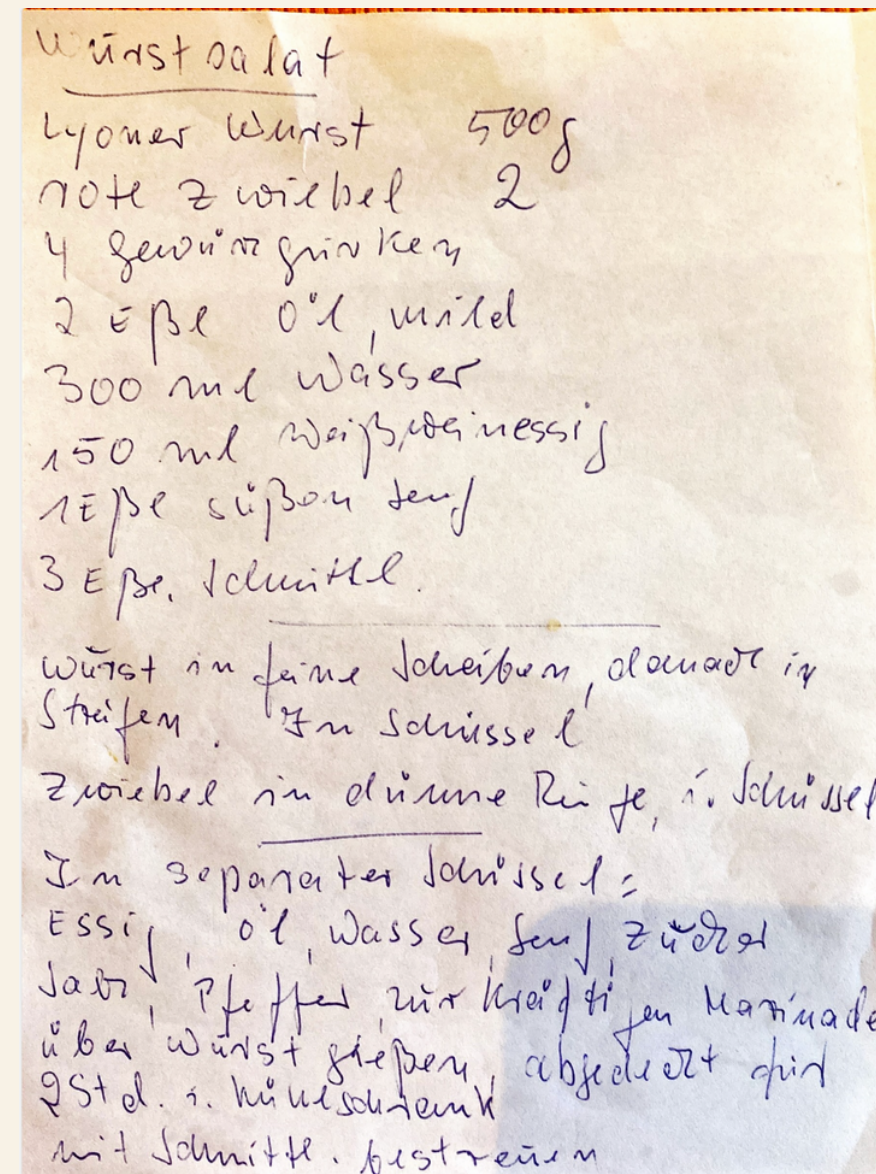


Live Demo Teil II - Rezepte Aufbereitung

Rezepte mit ChatGPT digitalisieren – ein Beispiel von mir

Ich nutze ChatGPT regelmäßig, um handschriftliche oder alte Rezepte digital aufzubereiten.

- Was ist die Idee dahinter?
 - Ich gebe "Chatty" ein Rezept – als Foto, Scan oder Text – und er wandelt es in eine saubere, gut strukturierte Form um.
- Wie funktioniert das genau?
 - Ich habe einen sogenannten Prompt geschrieben – also eine feste Anleitung, wie das Rezept aufbereitet werden soll:
- Was ist das Besondere daran?
 - ChatGPT „merkt“ sich diese Vorgaben und wendet sie bei jedem neuen Rezept automatisch an. So entsteht eine einheitliche, nachvollziehbare Struktur – egal, wie das Ursprungsrezept aussieht.



Prompt

Aufgabe: Bereite jedes neue Rezept, das ich dir (z. B. als Screenshot oder Text) gebe, nach folgendem Schema auf:

Titel des Rezepts (z. B. „Kürbisrisotto mit Parmesan“)

Zutaten

- Alle Zutaten in einer klaren Liste
- Mengenangaben übernehmen wie angegeben
- Bei Bedarf unterteilen in Hauptzutaten, für die Soße, für das Topping etc. (nur wenn im Rezept sinnvoll getrennt)

Zubereitung

Nummeriere die Schritte der Zubereitung. Ohne Zwischenüberschriften

Serviervorschlag (ganz am Ende)

- Konkreter Hinweis, wie das Gericht angerichtet wird (z. B. „Mit frischem Parmesan bestreuen und sofort servieren“).
- Falls im Rezept nichts steht, selbst einen einfachen, passenden Vorschlag ergänzen (z. B. Brot dazu, Reis als Beilage, Salat usw.).

Wichtig:

- Zutaten nicht umrechnen oder verändern, sondern wie im Rezept übernehmen.
- Lauch bei Vorkommen immer in Porree umbenennen und Karotten in Möhren

3 Tipps zum Mitnehmen – ChatGPT im Alltag



Tipp 1: Fangen Sie klein an – einfach mal ausprobieren

Stellen Sie ChatGPT eine einfache Frage, z. B.: „Was kann ich heute kochen?“ oder „Wie wird das Wetter morgen?“ Sie müssen nichts perfekt formulieren – ChatGPT versteht Sie.



Tipp 2: Nachfragen lohnt sich

Wenn die erste Antwort nicht ganz passt oder Ihnen etwas fehlt: Fragen Sie einfach nach oder bitten Sie um eine andere Formulierung. ChatGPT merkt sich den Zusammenhang – wie in einem Gespräch.



Tipp 3: Wiederkehrende Aufgaben mit festen Anweisungen lösen lassen

Sie können ChatGPT eine feste Anleitung (einen sogenannten Prompt) geben – z. B. für die strukturierte Aufbereitung. So erhalten Sie immer gleich aufgebaute Ergebnisse – ohne alles jedes Mal neu erklären zu müssen.

Über mich



Uwe Matern

Telefonnummer: 0178 8780 723

E-Mail-Adresse: mail@uwe-matern.de

erreichbar über: Signal, iMessage, SMS, WhatsApp

Webseite: <https://digitales-fuer-einsteiger.de/>