

KI

*einfach erklärt
und geübt*



Verstehen



Ausprobieren



Anwenden

Ich helfe
beim Verstehen,
Ausprobieren und
Anwenden!



Dein digitaler
Alltagshelfer



Was ist KI (künstliche Intelligenz) ?

Künstliche Intelligenz ist ein **Computerprogramm**, das **Aufgaben** erledigen kann, für die normalerweise **menschliches Denken nötig** ist.

Zum Beispiel kann KI:

- Fragen beantworten,
- Texte schreiben,
- Bilder erstellen,
- Sprachen übersetzen,
- Informationen suchen und zusammenfassen.

Die 6 „besten“ Chatbots (Quelle: chatgpt !?)

Rang	Modell	Anbieter	Besondere Stärken
1	ChatGPT (GPT-5.5)	OpenAI	Sehr ausgewogen, gute Erklärungen, Schreiben, Programmieren, Bilder
2	Claude	Anthropic	Lange Dokumente analysieren, präzise Texte, hohe Zuverlässigkeit
3	Gemini	Google Gemini	Starke Integration mit Google-Diensten, Recherche
4	Grok	xAI	Sehr aktuelle Informationen, natürlicher Gesprächsstil
5	Le Chat	Mistral AI	Europäischer Anbieter, schnell, datenschutzfreundlich
6	DeepSeek	DeepSeek	Sehr stark bei Logik, Mathematik und Programmierung

Deutsche/europäische KI

(pers)

Name	Beschreibung	Herkunft	Webseite
Aleph Alpha	Deutsches KI-Unternehmen mit großen Sprachmodellen Industrie/... (Lidl)	Heidelberg, Deutschland	https://www.aleph-alpha.com
Neuroflash / ChatFlash	Deutscher KI-Chat- und Schreibdienst	Hamburg, Deutschland	https://neuroflash.com/de/
Mindverse	Deutsche KI-Plattform für Texte und Chats	Deutschland	https://mindverse.ai/de
Mistral AI	Europäischer Konkurrent zu OpenAI	Frankreich	https://mistral.ai
Proton Lumo	Neue KI mit Datenschutz-Fokus	Schweiz	https://proton.me/lumo
Langdock	DSGVO-konforme KI-Plattform für Unternehmen	Berlin, Deutschland	https://www.langdock.com

Gedanken zum Datenschutz

Punkt	Erklärung
1. Keine sensiblen Daten eingeben	Niemals Passwörter, Bankdaten, Ausweisnummern oder Gesundheitsdaten in ChatGPT eingeben. Was man nicht einem Fremden erzählen würde, sollte man auch nicht einer KI mitteilen.
2. KI kann Eingaben speichern	Je nach Anbieter können Eingaben zur Verbesserung des Dienstes verwendet werden. Deshalb immer bewusst überlegen, welche Informationen man eingibt.
3. KI kennt die Wahrheit nicht immer	ChatGPT kann Fehler machen oder falsche Informationen erfinden. Wichtige Angaben sollten immer überprüft werden.
4. Nutzer behalten die Kontrolle	Man entscheidet selbst, was man eingibt. Es gibt Datenschutz-Einstellungen , und man kann Chats löschen oder den Chatverlauf deaktivieren.

Was kann ChatGPT?

1.



ChatGPT kann Fragen beantworten und Dinge einfach erklären.



2.



Es hilft beim Schreiben von Texten, wie E-Mails oder Aufsätzen.



3.



Es kann Ideen geben, zum Beispiel für Projekte oder Reisen.



4.



Es kann Texte zusammenfassen oder übersetzen.



5.



Es kann bei Problemen helfen und Schritt für Schritt Lösungen vorschlagen.



Zugang mit PC/Laptop

- ChatGPT funktioniert auf nahezu **jedem modernen Browser.**

<https://chatgpt.com>

- Am einfachsten ist jedoch die Nutzung der **ChatGPT-App** auf Smartphone oder Ta




Wie nutze ich Chatgpt auf dem Smartphone/Tablet

- Neben dem **Browser** gibt es auch die offizielle **ChatGPT-App**:
- **Alternative: laden ChatGPT-App**
- iPhone/iPad: [ChatGPT für iOS](#) (Appstore)
- Android: [ChatGPT für Android](#) (Playstore)
- Für Senioren empfiehlt sich meist die [ChatGPT-App](#), da sie
- [einfacher zu bedienen](#) ist und [Sprachsteuerung](#) unterstützt.



ChatGPT starten

PC / Laptop	I Phone	Android-Smartphone
Browser für Internet starten	App-Store ChatGPT installieren	Playstore ChatGPT installieren
Chatgpt.com eingeben	Mit Symbol starten	Mit Symbol starten
		

Nutzungsbedingungen (AI)

- E-Mailadresse
- Telefonnummer
- Weitere Persönliche Daten
 - Name
 - Vorname
 - Geburtstag
- der Benutzer sollte davon ausgehen, dass gesammelte persönliche Daten aktuell oder in Zukunft **öffentlich zugänglich** sein können,
- **Ausnahme: Temporärer Chat**
- Auf **kostenpflichtige Zusatzangebote** achten

Kosten

Free

€ 0 EUR /Monat

Sieh dir an, wozu KI in der Lage ist

Dein aktueller Plan

- ✦ Kernmodell
- 🗨️ Eingeschränkte Nachrichten und Uploads
- 🖼️ Begrenzte Bilderstellung
- 💾 Begrenzter Speicher

Du hast bereits einen Plan? [Siehe Abrechnungshilfe](#)

Plus

BELIEBT

€ 23 EUR /Monat (inkl. 3,67 € MwSt.)

Tauche in das volle Erlebnis ein

Auf Plus upgraden

- ✦ Fortgeschrittene Modelle
- 🗨️ Noch mehr Nachrichten und Uploads
- 🖼️ Erweiterte Bilderstellung mit Thinking
- 💾 Erweiterter chatübergreifender Speicher
- 👤 Codex Coding-Agent
- 🔍 Erweiterte Deep Research
- 👥 Projekte und benutzerdefinierte GPTs

Regeln

Thema

Was bedeutet das?

Konto

Sie benötigen ein OpenAI-Konto und müssen die Altersvorgaben erfüllen.

Datenschutz

Geben Sie keine sensiblen Daten wie Passwörter, Bankdaten oder Gesundheitsdaten ein.

Antworten prüfen

ChatGPT kann Fehler machen. Wichtige Informationen sollten immer überprüft werden.

Erlaubte Nutzung

Private, berufliche und schulische (??) Nutzung sind erlaubt, solange keine Gesetze verletzt werden.

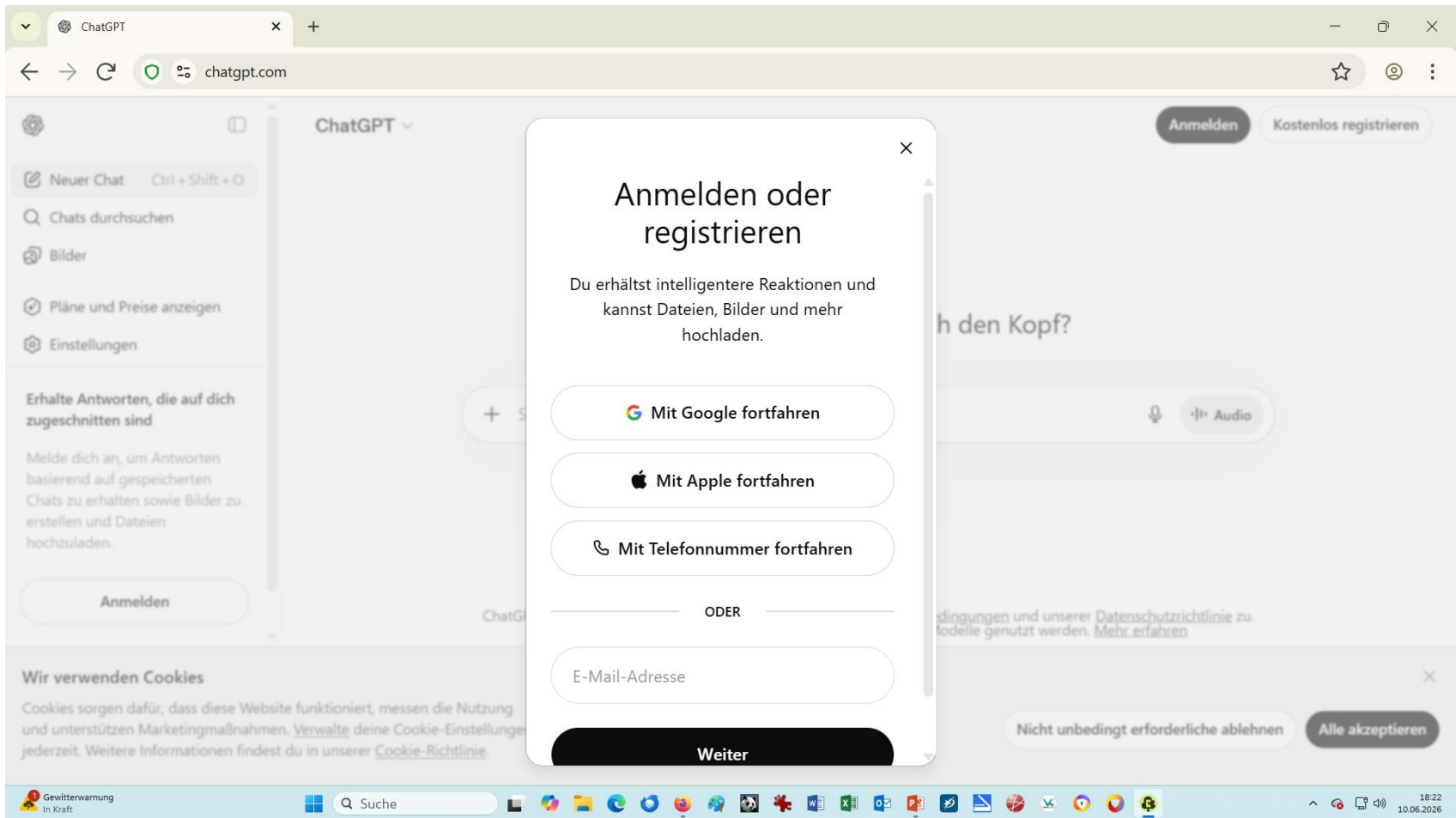
Verbotene Nutzung

Betrug, illegale Aktivitäten, Urheberrechtsverletzungen und Missbrauch sind nicht erlaubt.

Rechte an Antworten

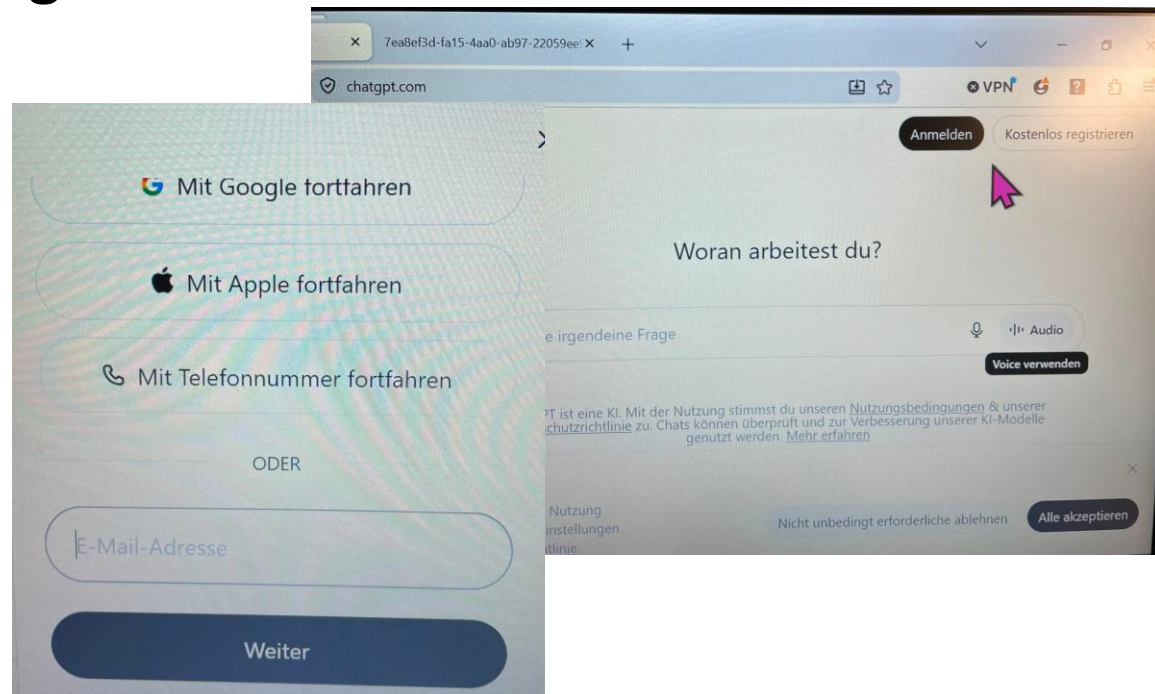
Die von ChatGPT erzeugten Texte dürfen Sie grundsätzlich verwenden.

ChatGPT anmelden/registrieren



Chatgpt Konto einrichten

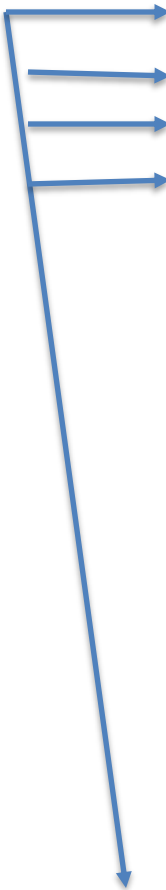
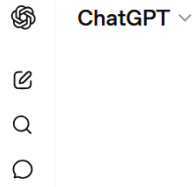
- 1. Browser öffnen.
- [ChatGPT starten](#)
- **2. Oben rechts** (oder in der Mitte der Seite) sehen Sie normalerweise (hängt davon ab, ob schon registriert wurde) :
- **3. Anmelden** (für bestehende Konten)
- **Registrieren / Sign up** (für neue Konten)
- **4. Klicken Sie auf „Registrieren“** und wählen Sie eine der Möglichkeiten:
- Mit E-Mail-Adresse
- Mit Google-Konto
- Mit Microsoft-Konto
- Mit Apple-Konto



Vorteile eines Chatgpt-Kontos

Ein ChatGPT-Konto ist

- kostenlos und ermöglicht es,
- Gespräche... zu speichern,
- auf mehreren Geräten zu nutzen und
- viele zusätzliche Funktionen wie Bilderstellung oder Dokumentenanalyse zu verwenden.



Seitenleiste
Neuer Chat
Chat durchsuchen
Letzter Chat
Bibliothek ...

Was liegt heute an?

+ Stelle irgendeine Frage

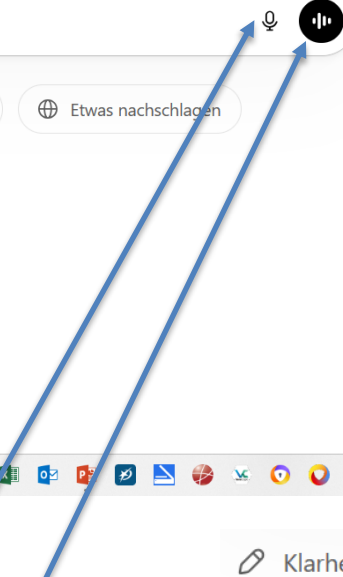
- Erstelle ein Bild
- Schreiben oder bearbeiten
- Etwas nachschlagen



Bild erstellen
Eingabeprompt



diktieren
Sprachmodus



- Klarheit verbessern
- Den Ton meines Textes verbessern
- Mit mehr Details erweitern
- Meinen Text korrigieren

Empfehlungen für einen guten Prompt

Rolle : Du bist ein Experte für [Thema].

Ziel : Was soll erreicht werden?

Kontext : Hintergrundinformationen

Format : Liste, Tabelle, E-Mail, Bericht usw.

Stil : z. B. professionell, locker,
wissenschaftlich]

Besondere Anforderungen:

- Länge,
- Zielgruppe, Beispiele,
- Quellen usw.

Spracheingabe Smartphone

1. Öffnen Sie ChatGPT auf Ihrem Smartphone (Android oder iPhone).
 2. Tippen Sie im **Eingabefeld** auf das **Mikrofon-Symbol**.
 3. **Sprechen** Sie deutlich und in **normaler Lautstärke**.
Antwort als Text
 4. ChatGPT wandelt Ihre Sprache automatisch in Text um.
 5. Prüfen Sie den erkannten Text und senden Sie ihn ab.
 6. Sie können sich Antworten auf Wunsch auch vorlesen lassen, indem Sie auf das Lautsprecher-Symbol tippen.
- Am PC funktioniert die Spracheingabe nur, wenn Ihr Browser und Ihr Mikrofon unterstützt werden. Möchten Sie die Anleitung für **Android**, **iPhone** oder **Windows-PC**?



Jetzt ausprobieren

- Stellen Sie Ihre erste Frage
- Ich unterstütze Sie dabei

5 Beispiele zum Üben

Nr.	Prompt
1	„Du bist ein geduldiger PC-Trainer. Erkläre mir in einfachen Worten, was ChatGPT ist. Verwende kurze Sätze und vermeide Fachbegriffe.“
2	„Ich bin 75 Jahre alt und habe wenig Computererfahrung. Erkläre mir Schritt für Schritt, wie ich ein ChatGPT-Konto erstelle.“
3	„Erstelle eine Liste mit 10 praktischen Beispielen, wie Senioren ChatGPT im Alltag nutzen können.“
4	„Erkläre die wichtigsten Datenschutzregeln bei der Nutzung von ChatGPT. Schreibe verständlich für ältere Menschen.“
5	„Erstelle eine Präsentation mit 8 Folien zum Thema 'ChatGPT für Senioren'. Jede Folie soll eine Überschrift und 3 einfache Stichpunkte enthalten.“

Temporärer Chat

Temporärer Chat

Nicht im Verlauf

Temporäre Chats werden nicht in deinem Verlauf angezeigt. Aus Sicherheitsgründen bewahren wir eine Kopie deines Chats bis zu 30 Tage auf.

Kein Modelltraining

Temporäre Chats werden nicht zur Verbesserung unserer Modelle verwendet.

Erinnerung aus

In temporären Chats werden von ChatGPT keine Erinnerungen verwendet oder aktualisiert. Wenn du individuelle Hinweise aktiviert hast, werden diese weiterhin berücksichtigt.

[Fortfahren](#)

Temporärer Chat

Dienst	Temporärer Modus?	Bezeichnung
ChatGPT	Ja	Temporärer Chat
Claude (Anthropic)	Ja	Temporary Chat
Gemini (Google)	Ja	Inkognito- /temporärer Modus
Perplexity	Teilweise	Privater Modus / Verlauf aus
Microsoft Copilot	Teilweise	Verlauf deaktivieren
Mistral Le Chat	Ja	Temporäre Konversation

Prompt Temporärer Chat

ChatGPT

chatgpt.com/?temporary-chat=true

ChatGPT

Upgrade

Temporärer Chat

Dieser Chat wird weder in deinem Chatverlauf angezeigt noch zum Trainieren unserer Modelle verwendet.

+ Stelle irgendeine Frage

Erstelle ein Bild

Schreiben oder bearbeiten

Etwas nachschlagen

Mein Konto

Aus Sicherheitsgründen können wir bis zu 30 Tage lang eine Kopie des Chats aufbewahren.

Aus Sicherheitsgründen können wir bis zu 30 Tage lang eine Kopie des Chats aufbewahren

17°C Bewölkt

Suche

18:21 03.06.2026

Datenschutz

Ihre Bedenken zum Datenschutz – verständlich erklärt



Wer sieht meine Daten?
Ihre Unterhaltungen können auf Servern gespeichert werden.



Werden meine Daten weitergegeben?
Möglich – z. B. für Training oder an Partner.



Sind meine Daten sicher?
Es gibt Schutzmaßnahmen, aber keine 100%ige Sicherheit.



Was sollte ich vermeiden?
Teilen Sie keine persönlichen Daten wie Adresse, Telefon, Bankdaten oder Passwörter.



Unser Tipp:
Bewusst und sparsam teilen –
so bleiben Sie auf der
sicheren Seite.

- Geben Sie **keine sensiblen Daten** wie Passwörter, Bankdaten oder Gesundheitsdaten ein.
- **USA/Europa/deutsch?**
- **Temporärer Chat**

Datenschutz

Keine Passwörter eingeben

Passwörter, PINs und Zugangsdaten niemals in ChatGPT eingeben.

Persönliche Daten schützen

Namen, Adressen, Telefonnummern und geschützte E-Mail-Adressen möglichst nicht eingeben.

Bankdaten geheim halten

Kontonummern, Kreditkartendaten und Online-Banking-Informationen nicht mitteilen.

Gesundheitsdaten vermeiden

Diagnosen, Arztberichte und andere sensible Gesundheitsdaten nicht eingeben.

Dokumente und Fotos prüfen

Vor dem Hochladen kontrollieren, ob wichtige persönliche Informationen sichtbar sind.

Antworten überprüfen

Wichtige Informationen immer mit anderen Quellen vergleichen.

Datenschutz-Einstellungen nutzen

Die Datenschutz- und Speichereinstellungen regelmäßig überprüfen.

Du hast die KI gemeistert - und dich selbst weitergebracht. ♡

💡 Du hast gelernt,
Fragen zu stellen.

🔍 Du hast Antworten
gefunden.

💬 Du hast Ideen
entwickelt.

🚀 Du hast Neues
möglich gemacht.

Das ist erst der Anfang!
♡

Neugierig bleiben.
Dranbleiben.
Großes bewirken.
♡

Stolz auf
das, was du
erreicht hast!
♡

Wissen ist Macht.
Verstehen ist Fortschritt.
Anwenden ist Erfolg.
♡

Gemeinsam
schaffen wir
Großartiges!
♡

MIT CHATGPT
ALS PARTNER
KEINE GRENZEN.
NUR MÖGLICHKEITEN.
♡

Herzlichen Glückwunsch zum erfolgreichen Abschluss deines Seminars!
♡



Meine Browser-Empfehlung

- **Firefox** – beste Mischung aus Datenschutz und einfacher Bedienung
- **Edge** – am einfachsten für Windows-Nutzer USA
- **Ecosia** – für Menschen, die Nachhaltigkeit wichtig finden.
- **Brave** – für alle, die sich über Werbung im Internet ärgern.
- **Google** - gut, verbreitet, aber datenhungrig USA

Reihenfolge ???

Rang	Modell	Hersteller	Her- kunft	Stärken	Geeignet für
1	GPT-5.5	OpenAI	USA	Vielseitig, Schreiben, Programmierung	Alltag, Beruf, Studium
2	Claude Opus 4.5	Anthropic	USA	Lange Dokumente, Analysen	Texte, Berichte, Forschung
3	Gemini 2.5 Pro	Google DeepMind	USA	Recherche, großes Kontextfenster	Recherche, Lernen
4	Grok 4	xAI	USA	Aktuelle Informationen, Technik	Nachrichten, Technik

Deutsche Modelle

- **Pharia** – Aleph Alpha (Heidelberg)
- **Teuken-7B** – OpenGPT-X
(deutsches Forschungskonsortium)
- **LeoLM** – hessian.AI (Hessen)
- **GerMedBERT**
– Charité und Partner (Berlin)
- **Luminous** – Aleph Alpha (Heidelberg)
- **F13** – LAION (Deutschland)

„Wichtigste“ KI (LLM)

- **GPT-5.5**

= der vielseitige Luxuswagen

- **Claude Opus 4.5**

= der Spezialist
für lange Texte

- **Gemini 2.5 Pro**

= der Recherche-Experte

- **Grok 4**

= der besonders aktuelle
Nachrichten- und Technik-Experte