



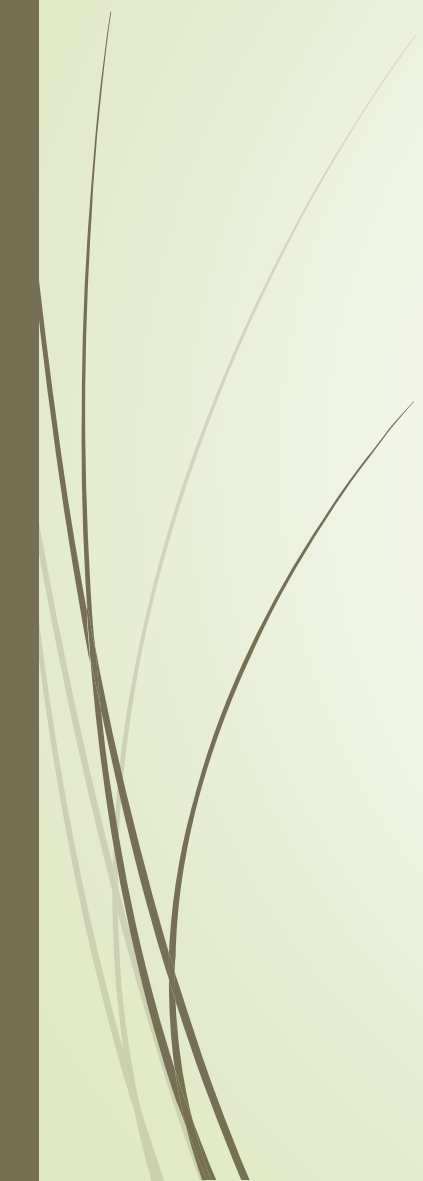
Künstliche Intelligenz (KI) artificial intelligence (AI)

- Einführung für Menschen 65+
- Chancen und Herausforderungen



Was ist Künstliche Intelligenz?

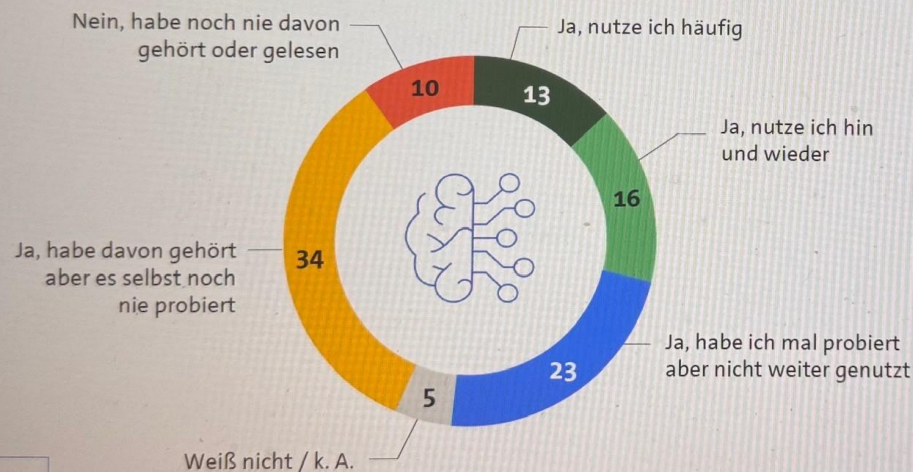
- KI bezeichnet Computerprogramme,
- die Aufgaben übernehmen, für die sonst menschliche Intelligenz nötig ist.
- Beispiele:
 - • Sprachassistenten
 - • Bilderkennung
 - • Navigation

- 
- 
- Weitere Beispiele:
 - technische Erklärungen
 - Hilfen für Zuhause
 - Hilfen in
Krankenhäusern/Pflegeheimen
 - Rezepte

Wer nutzt KI

ChatGPT & Co: 52 Prozent haben schon KI genutzt

Haben Sie bereits von KI-Anwendungen wie ChatGPT, Google Gemini oder Microsoft Copilot gehört oder gelesen bzw. diese schon genutzt?



in Prozent

86%

Es sollte strengere Regeln geben, wie KI eingesetzt wird.

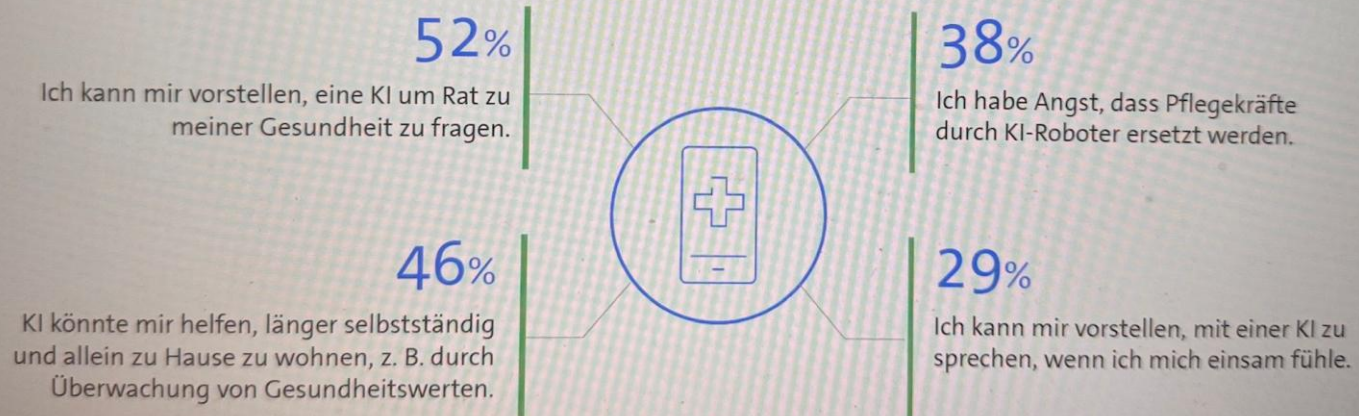
11 Basis: Alle Befragten ab 65 Jahren (n=1.004) | Abweichungen von 100 Prozent in der Summe sind rundungsbedingt | Quelle: Bitkom Research 2026

bitkom

Warum ja oder nein

Rund die Hälfte ist offen für Rat von Dr. KI

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen zu KI auf Sie bzw. Ihrer Meinung nach zu?



Basis: Alle Befragten ab 65 Jahren (n=1.004) | Quelle: Bitkom Research 2026

bitkom



KI im Alltag

- ➡ • Smartphone & Tablet
- ➡ • Sprachassistenten (z. B. Siri, Alexa)
- ➡ • Navigationssysteme
- ➡ • Empfehlungen bei Fernsehen & Musik



Chancen von KI

- • Erleichterung im Alltag
- Hilfe bei Kommunikation
- • Unterstützung im Gesundheitsbereich
- • Mehr Selbstständigkeit
- • Schneller Zugang zu Informationen



KI und Gesundheit

- • Erinnerung an Medikamente
- • Unterstützung bei Arztterminen
- • Notfallerkennung
- • Telemedizin
- Gesprächspartner



Herausforderungen von KI

- • Datenschutz
- • Abhängigkeit von Technik
- • Fehlende menschliche Nähe
- • Verständnis & Bedienung
- Falsche Informationen / Deepfake



Worauf sollte man achten?

- • Persönliche Daten schützen
- • Technik bewusst nutzen
- • Nachfragen & sich erklären lassen
- • Nicht alles glauben, was KI sagt

Welche Apps gibt es

➡ Nur einige Vorschläge

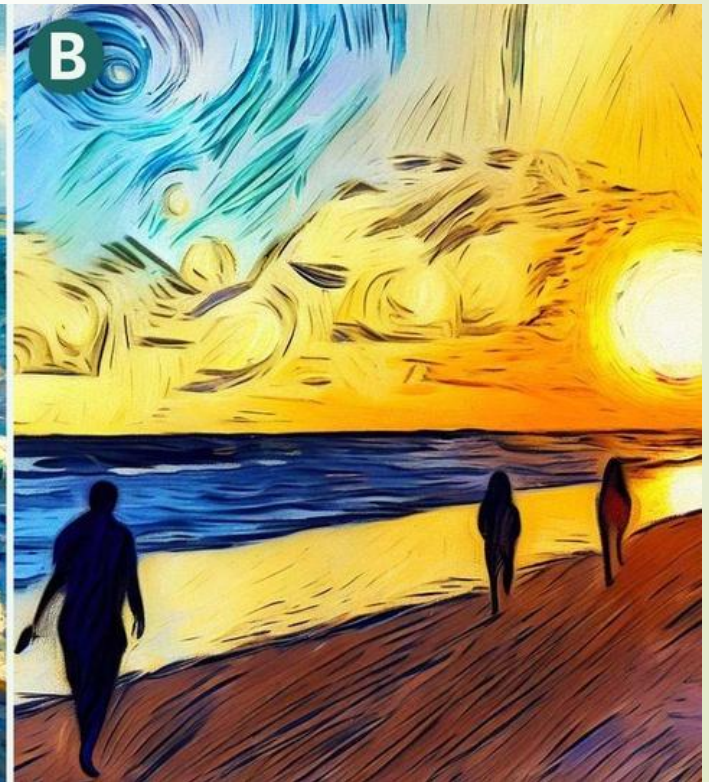
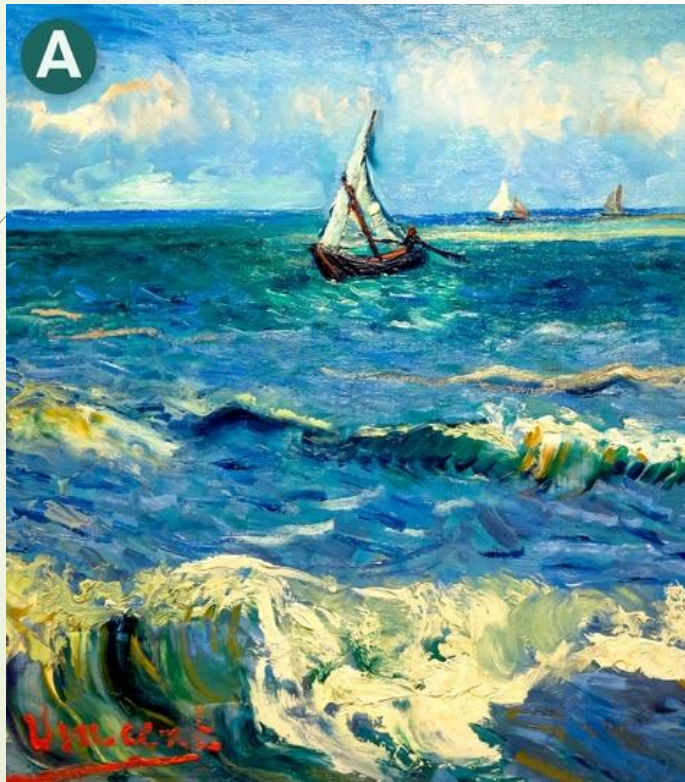
ChatGPT vs Gemini vs Claude vs Perplexity			
			
ChatGPT	Gemini	Claude	Perplexity
Best for: Kreative Inhalte, Programmieren und vielseitige Problemlösung in allen Bereichen.	Best for: Google Workspace-Integration und Echtzeitinformationen.	Best for: Tiefgehende Analyse langer, technischer oder sensibler Dokumente.	Best for: Recherche mit zitierten Quellen und faktengeprüften Antworten.
USE CASE	USE CASE	USE CASE	USE CASE
• Erstellung kreativer Inhalte und Brainstorming unkonventioneller Lösungen • Komplexe Programmierprojekte, Fehlersuche (Debugging) und Algorithmus-Optimierung • Speicher gestützte Aufgaben, die Kontext aus früheren Unterhaltungen erfordern	• Arbeiten in Gmail, Docs, Sheets oder Slides mit KI-Unterstützung • Aufgaben, die Live-Internetzugriff und aktuelle Informationen erfordern • Gemeinschaftliche Projekte über Google Workspace-Tools hinweg	• Rechtsdokumente, akademische Forschung oder Richtlinienanalyse, die Präzision erfordern • Verarbeitung umfangreicher Inhalte (100K+ Token) in einer einzigen Unterhaltung • Aufgaben, die hohe Vertretbarkeit, sachliche Genauigkeit und ethische Überlegungen erfordern	• Recherchen, die glaubwürdige Quellen, Zitate und Faktenprüfung erfordern • Erkundung komplexer Themen, die ein umfassendes Verständnis erfordern • Schnelle, genaue Antworten ohne das Durchwühlen traditioneller Suchergebnisse
STÄRKEN	STÄRKEN	STÄRKEN	STÄRKEN
• Branchenführende multimodale Fähigkeiten (Text, Bild, Sprache) • Umfangreiches Plugin-Ökosystem und Custom GPT Marketplace • Anpassbar an nahezu jeden Bereich mit natürlichem, ansprechendem Schreibstil	• Unübertroffene Integration in das gesamte Google-Dienste-Ökosystem • Nativer Zugriff auf deine Gmail-, Drive- und Kalenderdaten • Echtzeit-Websuche für brandaktuelle Informationen	• Außergewöhnliche Handhabung von langen Texten und erweitertem Kontext • Überragende Leistung bei technischen und juristischen Argumentationsaufgaben • Starke ethische Richtlinien mit natürlichem, redigiertem und menschenähnlichem Schreibstil	• Liefert für Transparenz immer Zitate und Quellen • Echtzeit-Websuche liefert aktuelle, o.o. Informationen • Hervorragendes komplexes TIEREDD mehreren Q&A und zusammenzufassen

2026 Wege aus der Einsamkeit e.V.

Wo können Sie üben

- <https://www1.wdr.de/unternehmen/der-wdr/medienundschule/unterrichtsmaterial/ki-quiz-100.html>
-
- <https://www.antenne.de/experten-tipps/technik/so-erkennt-ihr-ki-fakes#test>
-
- <https://www.hosttech.de/blog/website/ki-generierte-bilder-erkennen/>

Ein Beispiel vom WDR





Ergebnis und Erklärung

Das Bild links heißt „Fischerboote bei Saintes Maries de la Mer“ und wurde 1888 vom Meister Vincent van Gogh persönlich gepinselt. Das rechte Bild wurde dagegen mit „Bing Image Creator“ (verwendet Dall-E, die Bilderstellungs-KI von OpenAI, dem Unternehmen hinter ChatGPT) erstellt. Es ist kein Problem, den einschlägigen KI-Systemen eine Stilrichtung wie z.B. „Van Gogh“ oder „Monet“ vorzugeben.



Fazit

- KI kann das Leben erleichtern,
- wenn sie sinnvoll und bewusst genutzt wird.
- KI kann manipulieren
- KI kann falsche Informationen geben



Wege aus der Einsamkeit e.V.

Lübecker Strasse 1

22087 Hamburg

info@wegeausdereinsamkeit.de

www.wegausdereinsamkeit.de

Dagmar Hirche

040 42236223200