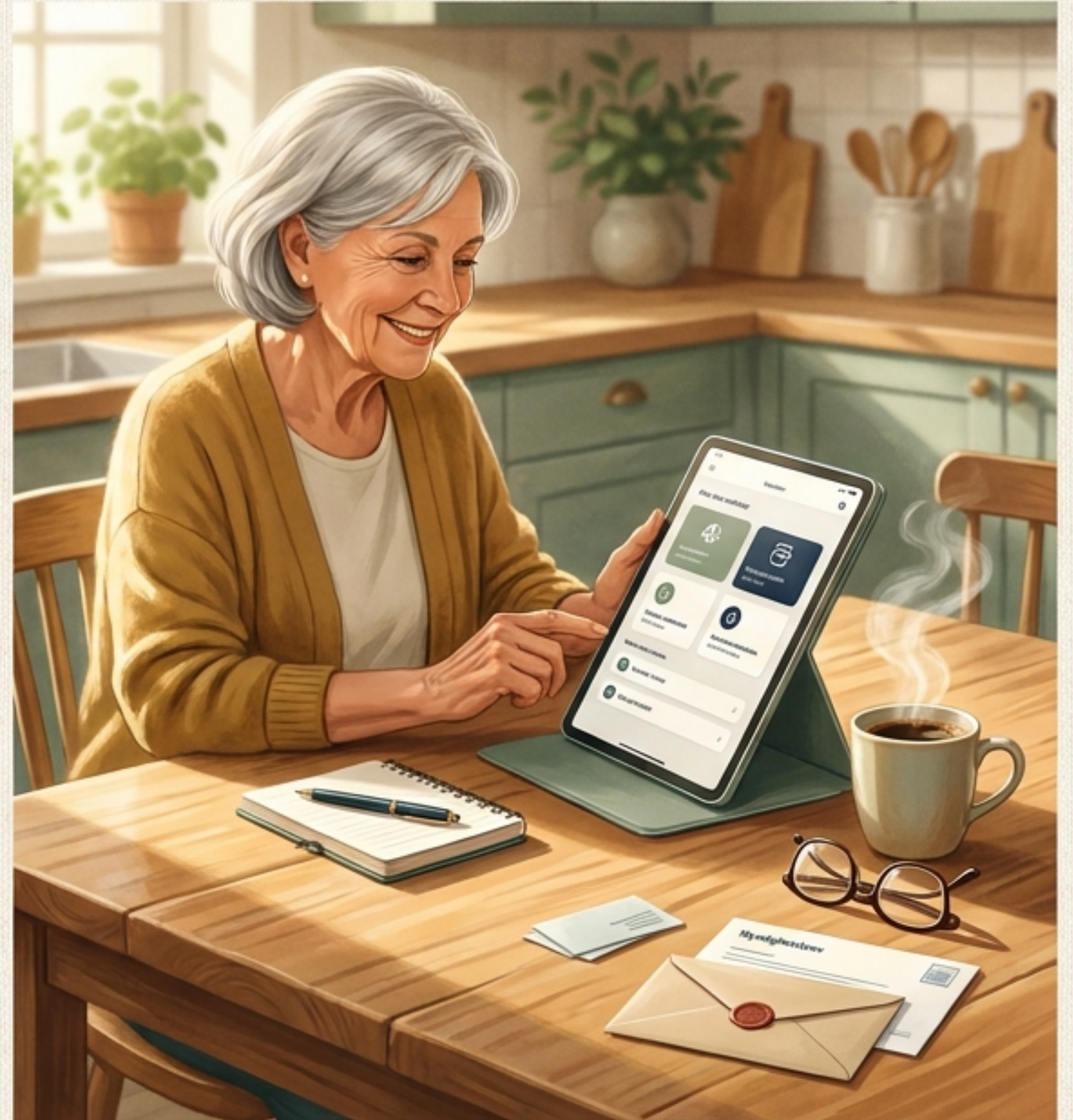


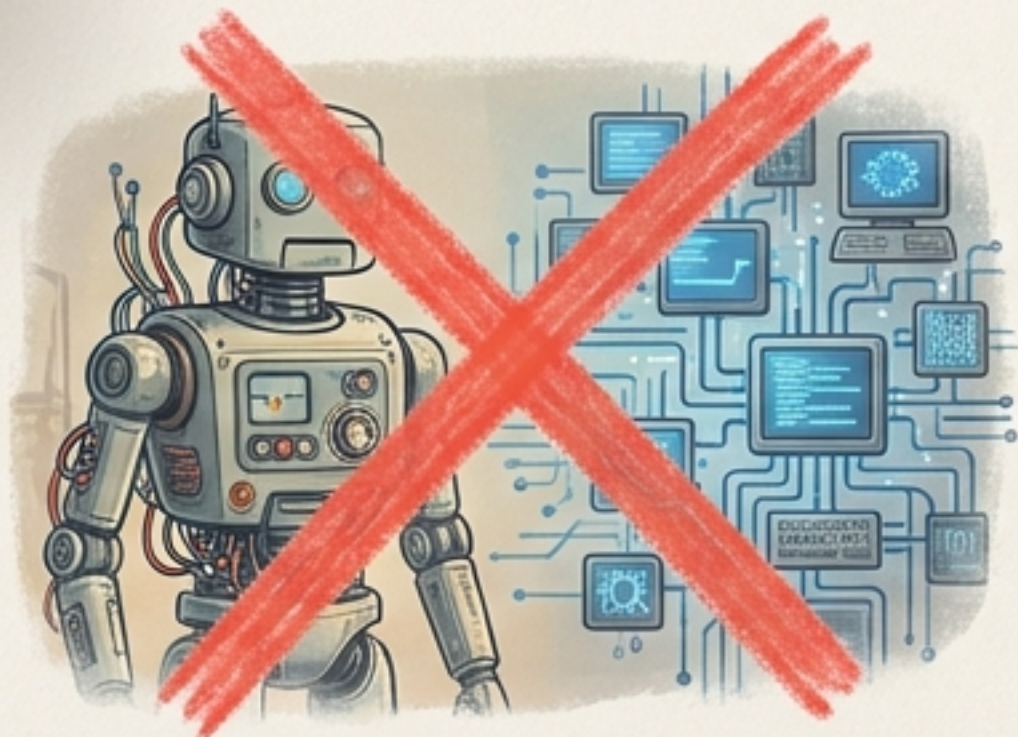
AI – Din nya digitala medhjälpare i vardagen

Förenkla medicinspråk, myndighetsbrev och föreningsliv – helt utan att vara dataexpert.

Av: Thomas Bengtsson,
Aktiv medlem och AI-entusiast



Myten



Krånglig rymdteknik, kodning
och maskiner som tar över.

Verkligheten



En hjälpsam vän som
alltid har tid.

Att lära sig använda AI handlar inte om att bli en dataexpert. Det handlar om att få hjälp med det som ibland känns krångligt eller tidskrävande.

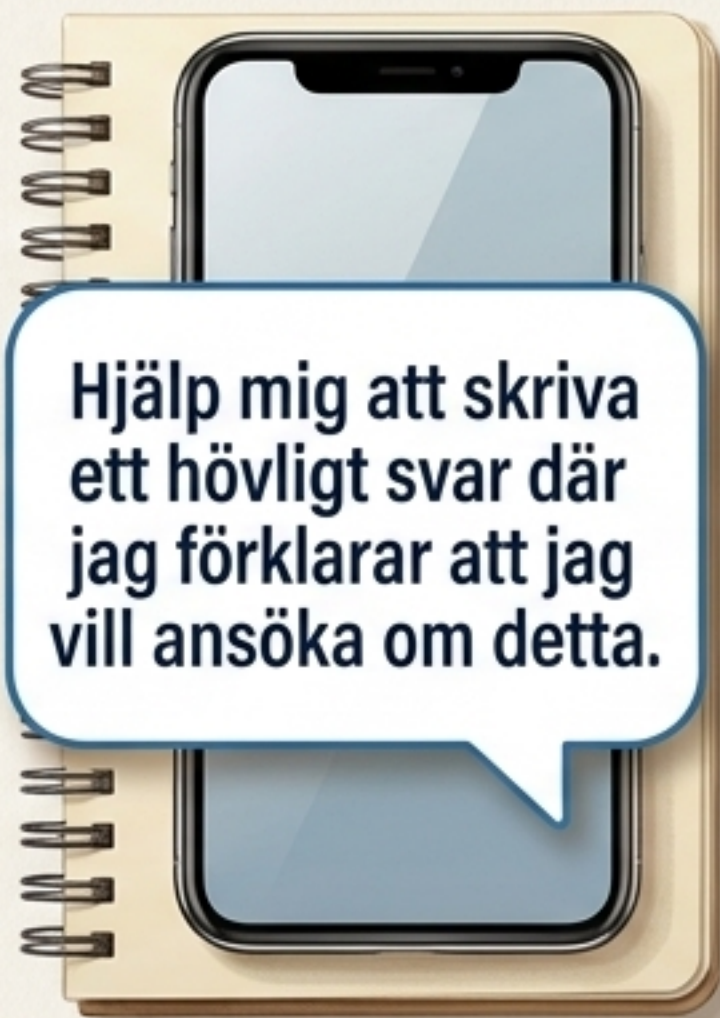
Slut på krångliga myndighetsbrev



Formella brev som känns som en annan dialekt.



Hjälp mig att skriva ett hövligt svar där jag förklarar att jag vill ansöka om detta.



Ett perfekt formulerat svar, helt utan stress.

Smartare inköp och jämförelser

Ska du köpa ny bormaskin, kaffebryggare eller symaskin? Istället för att leta ihjäl dig i reklamblad, låt AI göra jobbet.



Egenskap	Modell A	Modell B
Pris	✓	✓
Kvalitet	✓	✓
Funktioner för dina behov	—	✓

Be om en jämförelse utifrån dina behov och få en blixtnabb överblick.

En stöttepelare i föreningslivet



Skriva artiklar

(Ge korta stolpar om månadsmötet, få ett färdigt utkast till hemsidan)



Protokoll

(Strukturerera röriga anteckningar till ett tydligt, formellt protokoll)



Sammanfattningar

(Skapa snabba, korta uppdateringar att skicka ut till medlemmarna)

Framtiden är nu – för alla



Att lära sig AI är att investera i sin egen självständighet.
Det handlar om att ta kontroll över informationen.

Visste du att AI redan finns i din telefon?

Du behöver inte köpa dyra program. Hitta din gratis AI här:

Din E-post: @outlook / @hotmail / @live.se	Ditt Verktyg: Microsoft Copilot (Skriver texter, skapar bilder)	Inloggning: Ditt vanliga e-postlösenord
Din E-post: @gmail.com	Ditt Verktyg: Google Gemini (Expert på att sammanfatta information)	Inloggning: Ditt vanliga Google-konto
Din Telefon: iPhone / Apple (eller andra)	Ditt Verktyg: ChatGPT (Den mest kända AI-tjänsten)	Inloggning: Ladda ner gratis app i App Store



Kom igång idag – Prova detta!

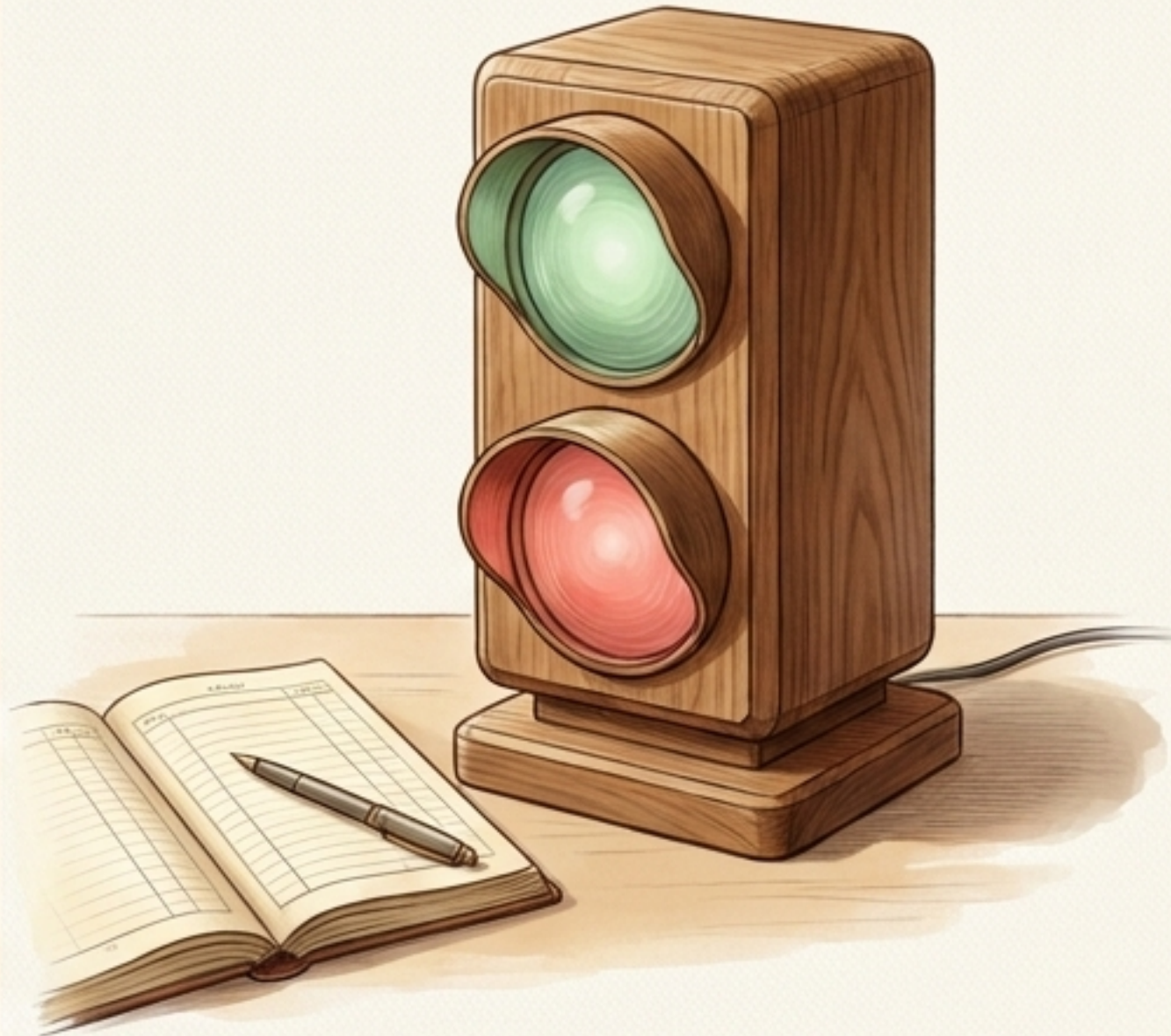
Ladda ner en app och ställ en enkel fråga.
Du kommer bli förvånad över hur bra svaret blir.

Vad kan jag laga för middag på en röd paprika, lite grädde och en laxfilé?

Skriv en kort grattishälsning till mitt barnbarn som fyller 20 år.



Säkerhet först – En viktig grundregel



Kör!

Be om råd, recept, jämförelser och hjälp att formulera allmänna brev.



Vänta!

Klistra aldrig in personnummer, lösenord, bankdetaljer eller extremt känsliga personuppgifter.

Tänk på en öppen AI som en anslagstavla på stan.
Dela bara det du är bekväm med att andra teoretiskt kan se.



”Se AI som en digital medhjälpare. Det finns inga dumma frågor, och AI:n blir aldrig otålig!”

Har du inte provat än? Gör det idag – det är enklare än du tror!

Av Thomas Bengtsson, Aktiv medlem och AI-entusiast.