# Spickzettel: KI im Alltag

*Zum Ausdrucken und neben das Handy legen*

## So geht's

1. KI-App öffnen (z. B. ChatGPT, Gemini, Copilot oder Meta AI in WhatsApp).
2. Frage eintippen – oder Mikrofon 🎤 antippen und sprechen.
3. Auf den Pfeil (Senden) tippen.
4. Nicht verstanden? Schreiben Sie: „Bitte einfacher erklären.“

## Gut fragen: Wer – Was – Wie

- **Wer:** „Ich bin 75 und kenne mich mit Technik nicht gut aus.“
- **Was:** „Ich möchte die Schrift auf meinem iPhone größer machen.“
- **Wie:** „Bitte Schritt für Schritt und in einfachen Worten.“

## Foto an die KI geben

1. Erst mit der Handy-Kamera fotografieren (scharf, gutes Licht).
2. In der KI-App auf „+“ tippen → „Fotos“ → Bild auswählen.
3. Frage dazu schreiben oder sprechen → Senden.

**Vorher Namen, Adressen und Nummern abdecken!**

# Meine Lieblingsfragen

| Wofür? | Das frage ich |
|---|---|
| **Brief verstehen** | „Erklären Sie mir diesen Brief einfach. Muss ich etwas tun, und bis wann?“ |
| **Betrug?** | „Ist diese Nachricht echt oder Betrug?“ |
| **Schreiben** | „Schreiben Sie einen netten Geburtstagsgruß für meine Enkelin.“ |
| **Kündigen** | „Schreiben Sie einen höflichen Kündigungsbrief für mein Zeitungsabo.“ |
| **Arzt** | „Was bedeutet dieser Begriff aus meinem Arztbrief in einfachen Worten?“ |
| **Arzttermin** | „Welche Fragen sollte ich beim Kardiologen stellen?“ |
| **Übersetzen** | „Was steht auf diesem Schild? Übersetzen Sie es mir bitte.“ |
| **Lesehilfe** | „Lesen Sie mir das Kleingedruckte auf dieser Packung vor.“ |
| **Pflanze** | „Welche Pflanze ist das, und was fehlt ihr?“ |
| **Kochen** | „Ich habe Kartoffeln, Eier und Lauch. Was kann ich kochen?“ |
| **Handy** | „Wie schicke ich ein Foto per WhatsApp? Schritt für Schritt.“ |
| **Meldung** | „Was bedeutet diese Meldung auf meinem Handy?“ |
| **Enkel** | „Was heißt „cringe“?“ |
| **Ausflug** | „Tagesausflug ab Frankfurt mit wenig Laufen?“ |
| **Gedächtnis** | „Stellen Sie mir 5 Quizfragen über die 1960er-Jahre.“ |

## Meine Sicherheitsregeln

✔️ Die KI kann sich irren – Wichtiges immer nachprüfen.

✔️ Niemals Passwörter, PIN, Kontonummern oder Ausweisnummern eingeben.

✔️ Gesundheit und Medikamente: Arzt oder Apotheke fragen.

✔️ Pilze und Beeren nie nach KI-Bestimmung essen.

✔️ Fahrpläne, Preise, Öffnungszeiten auf der offiziellen Seite prüfen.

✔️ Nur Original-Apps laden – Anbieter prüfen. Keine Abos abschließen, wenn die kostenlose Version reicht.

✔️ Nie auf Links in unerwarteten SMS oder E-Mails klicken.

**Anruf vom „Enkel“ in Not?**

Auflegen! Unter der bekannten Nummer zurückrufen.

Mit der Familie ein Codewort vereinbaren.

Nie unter Zeitdruck Geld überweisen oder übergeben.

## Meine Notizen

**Meine KI-App:**

_____

**Angemeldet mit (E-Mail):**

_____

**Unser Familien-Codewort: (nur im Kopf merken – nicht aufschreiben!)**

**Das möchte ich beim nächsten Digitaltreff fragen:**

_____

*Das Passwort gehört nicht auf diesen Zettel.*

**Digitaltreff**

Jeden 2. und 4. Freitag im Monat, 14:30 bis 16:30 Uhr.