

Kunstig Intelligens (AI) og ChatGPT osv.: Hvad kan ældre bruge det til?

Kunstig intelligens (AI) buldrer derudad og er i fuld gang med at revolutionere vores hverdag. ChatGPT fik fx 100 millioner brugere på bare to måneder – og kan give ældre mennesker underholdning, ny læring, hjælp til daglige opgaver mmm.



Gruppetilbud til Ældre Sagens lokalafdelinger

Kunstig intelligens spreder sig således med lysets hastighed både i vores privatliv og i vores arbejdsliv. Nogle siger, at kunstig intelligens er den største ændring/revolution siden Internettets fremkomst, og det er nok ikke helt skævt! Kunstig intelligens giver så utroligt mange muligheder og de bliver flere dag for dag.

På dette kursus lærer du at bruge ChatGPT og andre kunstig-intelligens-programmer på en måde som er utroligt gavnlig for ældre mennesker – se nedenfor.

Om underviseren: Brian Nygaard Oswald er jurist og tidligere advokat, der underviser ca. 50-100 dage om året, bl.a. i kunstig intelligens. Hans speciale er at gøre undervisning sjov og indlevende, så man både lærer noget men også føler sig underholdt.

Om kurset:

Kunstig intelligens (såsom ChatGPT) kan bruges til mange ting, herunder:

1. **Selskab og samtale:** Ældre mennesker kan bruge ChatGPT som en samtalepartner. Det kan hjælpe med at mindske følelsen af isolation.

2. **Erindring:** ChatGPT kan hjælpe ældre med at genkalde minder og dele deres livshistorier. Dette kan være terapeutisk og hjælpe med at opretholde kognitiv funktion.
3. **Hjælp til informationssøgning:** Ældre kan bruge ChatGPT til at finde information om emner, der interesserer dem, såsom nyheder, helseoplysninger, strikkeopskrifter eller madopskrifter.
4. **Underholdning:** ChatGPT kan levere underholdning ved at svare på gåder, stille quizspørgsmål, fortælle historier eller endda spille enkle spil som 20 spørgsmål eller ordspil.
5. **Hjælp til daglige opgaver:** Ældre kan bruge ChatGPT til at få oplysninger om vejrforhold, tidszoner, vej, toge mmm., hvilket kan gøre daglige opgaver lettere.
6. **Mindfulness og afslapning:** ChatGPT kan guide ældre i øvelser i mindfulness, meditation eller afslapning for at hjælpe dem med at håndtere stress eller angst.
7. **Digtning/historieskrivning:** Ældre mennesker kan skrive digte, historier eller endda breve med hjælp fra ChatGPT, hvilket kan være en kreativ måde at udtrykke sig på.
8. **Kreativitet.** Ældre mennesker kan være kreative fx ved at lave flotte fødselsdagskort, julekort, takkekort og meget mere i fx Microsoft Designer – samt ved at lave flotte billeder (fx af deres slægtninge, af landskaber og meget mere) i programmet "MidJourney" eller i "Dall-E".
9. **Læring og uddannelse:** ChatGPT kan hjælpe ældre med at lære nye færdigheder, såsom et nyt sprog, at danse, at sy... eller give oplysninger om emner, de ønsker at udforske.

Pris og kontakt:

5.000 kr. inkl. moms + transport (Nyborg t/r i bil).

Varighed: 1,5 time.

Kontakt: Brian Nygaard Oswald

Telefon: 29 25 86 36

Mail: bn@briansacademy.dk