

KI richtig nutzen

Handout zum Workshop · 5. Mai 2026 · Dorfgemeinschaftshaus Rössing

Levin Keller · post@levinkeller.de · levinkeller.de

In aller Kürze

KI-Sprachmodelle sind Programme, die aus Milliarden Texten gelernt haben, was auf eine Frage am wahrscheinlichsten als Antwort folgt. Sie ersetzen keinen Profi, aber sie sind ein *erstaunlich kompetenter* Begleiter für den Alltag: beim Schreiben, Verstehen, Übersetzen, Erklären und Recherchieren. Wer früh übt, gewinnt Zeit und Spielraum.

Drei Faustregeln

1. **Vertraue, aber prüfe.** KI kann falsch liegen, ohne es zu merken.
2. **Keine Geheimnisse.** Passwörter, IDs und sensible Daten Dritter haben in keiner Eingabe etwas zu suchen.
3. **Sprich, schreib, zeig.** Der Sprachmodus und das Hochladen von Fotos sind oft praktischer als Tippen.

Welche KI für wen?

Anbieter	Wofür gut	Tipp	Preis ab
ChatGPT	Allzweck, Bilder, Sprache, App weit verbreitet	chat.openai.com	Frei / 23 €
Claude	Lange Texte, Schreiben, sorgfältige Antworten	claude.ai	Frei / 18 €
Mistral Le Chat	Europäisch, schnell, datenschutzfreundlich	chat.mistral.ai	Frei / 14,99 €
Gemini	Google-Welt, Suche, Bilder	gemini.google.com	Frei / via Google One

Stand der Preise: April 2026. Alle vier Anbieter haben kostenlose Tarife mit Tageslimits, die für den Einstieg ausreichen.

Konto in 5 Minuten

Auf dem Telefon

1. App Store / Play Store öffnen
2. „ChatGPT,, / „Claude“ / „Le Chat,, / „Gemini“ suchen, installieren
3. App öffnen → mit E-Mail oder Google/Apple registrieren
4. Bestätigungsmail abrufen (auch Spam-Ordner prüfen)
5. Fertig — der Sprachknopf in der Mitte ist dein bester Freund

Im Browser

1. Adresse aus Tabelle oben aufrufen
2. „Sign up,, / „Anmelden“ → E-Mail-Adresse oder Google/Apple
3. Bestätigen, einloggen
4. Eingabefeld unten — losschreiben

Häufige Stolperfallen

- **Bestätigungsmail kommt nicht** → Spam-Ordner prüfen, Adresse korrekt?
- **Telefonnummer wird verlangt** (ChatGPT) → Festnetz oder Handy, einmalig
- **„Du bist zu jung,,** → Mindestalter beachten (meist 13–18 je nach Land)

- **Limit erreicht** → Warten (Limit erneuert sich) oder anderen Anbieter nutzen

Gute Prompts schreiben

Ein Prompt ist die Frage oder der Auftrag, die du der KI stellst. Je klarer und vollständiger, desto besser die Antwort. Drei Bausteine:

1. **Rolle** — wer soll antworten? („Du bist eine erfahrene Steuerberaterin...“)
2. **Aufgabe** — was soll getan werden? (Brief schreiben, erklären, übersetzen)
3. **Kontext** — was muss die KI wissen? (Adressat, Tonfall, Länge, Stilregeln)

Vorlage

Du bist [Rolle]. Hilf mir bei [Aufgabe]. Hintergrund: [Kontext]. Gewünschte Länge: [z.B. eine halbe Seite]. Tonfall: [freundlich / förmlich / locker].

Beispiele zum Mitnehmen

Brief an die Vermieterin

Du bist eine erfahrene Mieterberatung. Schreibe einen freundlichen, aber bestimmten Brief an meine Vermieterin. Die Heizung in der Küche funktioniert seit drei Wochen nicht. Ich habe sie zweimal angerufen, ohne Erfolg. Bitte mit Frist von 14 Tagen.

Behördenschreiben verstehen (mit Foto)

Ich habe diesen Brief vom Bauamt fotografiert. Erkläre mir in einfachen Worten: Was wird von mir gewollt, bis wann, und welche Folgen drohen, wenn ich nichts tue?

Rezept aus Resten

Ich habe folgende Reste im Kühlschrank: 2 Möhren, Reis, ein halbes Hähnchen, eine Dose Mais. Schlag mir drei einfache Gerichte vor, die in 30 Minuten fertig sind.

Übersetzung mit Anpassung

Übersetze diese E-Mail ins Polnische. Höflich, aber nicht zu förmlich. Behalte die Aufzählung bei.

Recherche mit Quellen

Was sind die Voraussetzungen für eine Photovoltaik-Anlage auf dem Dach in Niedersachsen? Bitte mit Quellen und Stand der Information.

Profi-Tipp: Dialog statt Einzelfrage

Eine KI-Antwort gefällt dir nicht? Schreib einfach zurück, was dich stört: „Mach den Brief kürzer.“, „Klingt zu höflich, etwas direkter.“ „Erkläre mir Punkt 3 nochmal.“ — Die KI passt an.

Datenschutz

Was geht in Ordnung

- Allgemeines Wissen: Geschichte, Wissenschaft, Hobby, Garten
- Eigene Texte umschreiben, kürzen, übersetzen
- Behördenpost *verstehen* (Klarnamen Dritter geschwärzt)
- Reisen, Rezepte, Programmiertipps
- Zusammenfassungen aus eigenen Texten

Was draußen bleibt

- Passwörter, PINs, TANs, Zugangsdaten
- Vollständige Personal- oder Steueridentifikationsnummern
- Medizinische Befunde mit Klarnamen
- Vertrauliche Geschäftsdokumente ohne Freigabe
- Daten Dritter (Verwandte, Kund:innen), die nicht zugestimmt haben

Training abschalten

In allen vier Apps lässt sich abschalten, dass deine Eingaben zum Training verwendet werden. Suchstichworte in den Einstellungen:

- ChatGPT: Einstellungen → **Datenkontrolle** → „Modell verbessern,, aus
- Claude: standardmäßig *kein* Training auf Nutzer:innen-Daten
- Mistral Le Chat: Einstellungen → **Privatsphäre** → Training aus
- Gemini: über *Activity* einstellbar

Goldener Satz

Stell dir vor, deine Eingabe steht morgen auf der Titelseite der Lokalzeitung. Wäre das okay? Wenn nein: nicht eingeben.

Was sonst noch geht

Sprachmodus

Auf Telefon und Tablet einfach den Hörer- oder Mikrofonknopf drücken und losreden. Praktisch beim Spazierengehen, Kochen, Auto (über Bluetooth).

Bilder verstehen

Foto in der App hochladen oder direkt aufnehmen. Funktioniert mit Pflanzen, Gerichten, Bedienungsanleitungen, Schaltplänen, Fahrkarten, Speisekarten in fremden Sprachen.

Achtung: Bei *medizinischen* Bildern, *Pilzen* und *Sicherheitsfragen* (z.B. Elektroinstallation) immer einen Fachmenschen hinzuziehen. KI ist Hilfe, nicht Ersatz.

Bilder erzeugen

ChatGPT, Gemini und Mistral können auch Bilder erstellen. Geburtstagskarten, Illustrationen für Vorträge, Skizzen.

Spracheingabe für Apps mit MCP

Eine neue Technik („Model Context Protocol,“) erlaubt es, mit der eigenen KI direkt mit Apps zu sprechen — z.B. Aufgaben anlegen, Termine eintragen, Daten suchen. Beispiele aus meinen Projekten:

- **Family Todo** — Familien-Aufgabenplaner per Sprache füllen
→ docs.todos.levinkeller.de
- **Verleihplattform Rössing** — Werkzeuge in der Nachbarschaft mieten
→ mieten.rössing.de
- **Nordstemmen-Connector** — Fragen zu Rats- und Haushaltsdokumenten
→ nordstemmen-mcp.levinkeller.de

Wenn du selbst etwas bauen willst

Mit Werkzeugen wie Claude Code kannst du heute schon ohne klassische Programmierkenntnisse kleine Webseiten und Apps bauen. Ich biete eine Coding-Class an, in der Kinder und Erwachsene das ausprobieren können → coding-class.levinkeller.de

Übungen für zuhause

Nach diesem Workshop in den nächsten 7 Tagen ausprobieren — eine Übung pro Tag reicht.

1. **Tag 1** — Schreibe einen Brief, den du sowieso schon lange schreiben wolltest, mit KI-Hilfe.
2. **Tag 2** — Lass dir ein Behördenschreiben oder einen Vertrag in einfache Sprache übersetzen.
3. **Tag 3** — Fotografiere drei Pflanzen im Garten und lass dir sagen, was sie sind.
4. **Tag 4** — Plane deine nächste Reise mit der KI als Reisebüro.
5. **Tag 5** — Probier den Sprachmodus beim Spazierengehen aus. Frag, was dich seit langem interessiert.
6. **Tag 6** — Lass dir einen unbekanntem Begriff aus den Nachrichten erklären und Quellen geben. Klick die Quellen an.
7. **Tag 7** — Schreib mir, was du gelernt hast: post@levinkeller.de

Weiterführende Links

- **Diese Materialien:** levinkeller.de/de/blog (kommt nach dem Workshop)
- **Meine Projekte:** levinkeller.de/de/work
- **Dorfwebseite Rössing:** rössing.de
- **Kontakt:** post@levinkeller.de

Wenn dir der Abend etwas gebracht hat: eine Spende für Saalmiete und Getränke ist willkommen. — Danke fürs Mitmachen!