1 Wie zijn wij



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

2 Doel van de workshop



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

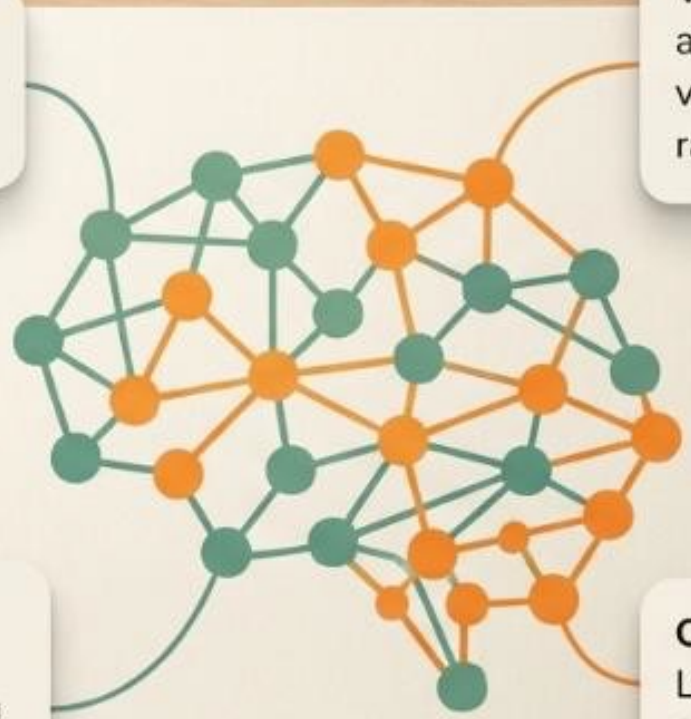
3.1 Wat is A.I.

Wat is AI eigenlijk?

AI (Artificial **Intelligence** of **Kunstmatige Intelligentie**) is een verzamelnaam voor systemen die computers laten doen wat mensen ook kunnen.

Leren: Zichzelf aanpassen via voorbeelden.

Voorspellen: Boeken analyseren om het volgende woord te raden.



Herkennen: Wiskundige patroonherkenning (zoals in foto's of tekst).

Conclusies trekken: Logische antwoorden formuleren.

3.2 Voorbeelden A.I.



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

3.3 Hoe werkt het? (1)

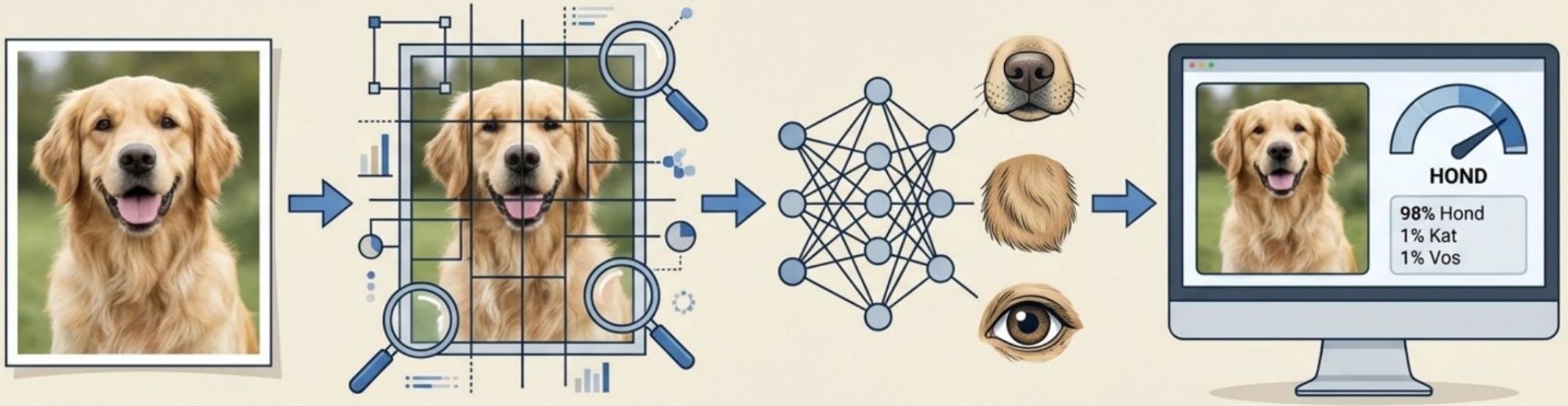
- Een AI programma leert van voorbeelden en kan zichzelf aanpassen om de goede voorspelling te maken.
- AI programma's kunnen ook boeken analyseren om patronen in de taal te leren en woorden te "voorspellen"
- Plaatjes maken: de computer 'tekent' pixels op basis van patronen die hij heeft geleerd van miljoenen andere afbeeldingen
- Door grote hoeveelheden gegevens (data) te analyseren, kunnen deze systemen **patronen** herkennen, beslissingen nemen en zelfstandig acties uitvoeren

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

3.3 Hoe werkt het? (2)

Hoe ‘kijkt’ en leert een AI-programma?



1. Foto van een hond
(AI ziet geen dier, maar pixels).

2. Lijnen en Kleuren.
De computer hakt de foto in stukjes en zoekt naar randen en contrasten.

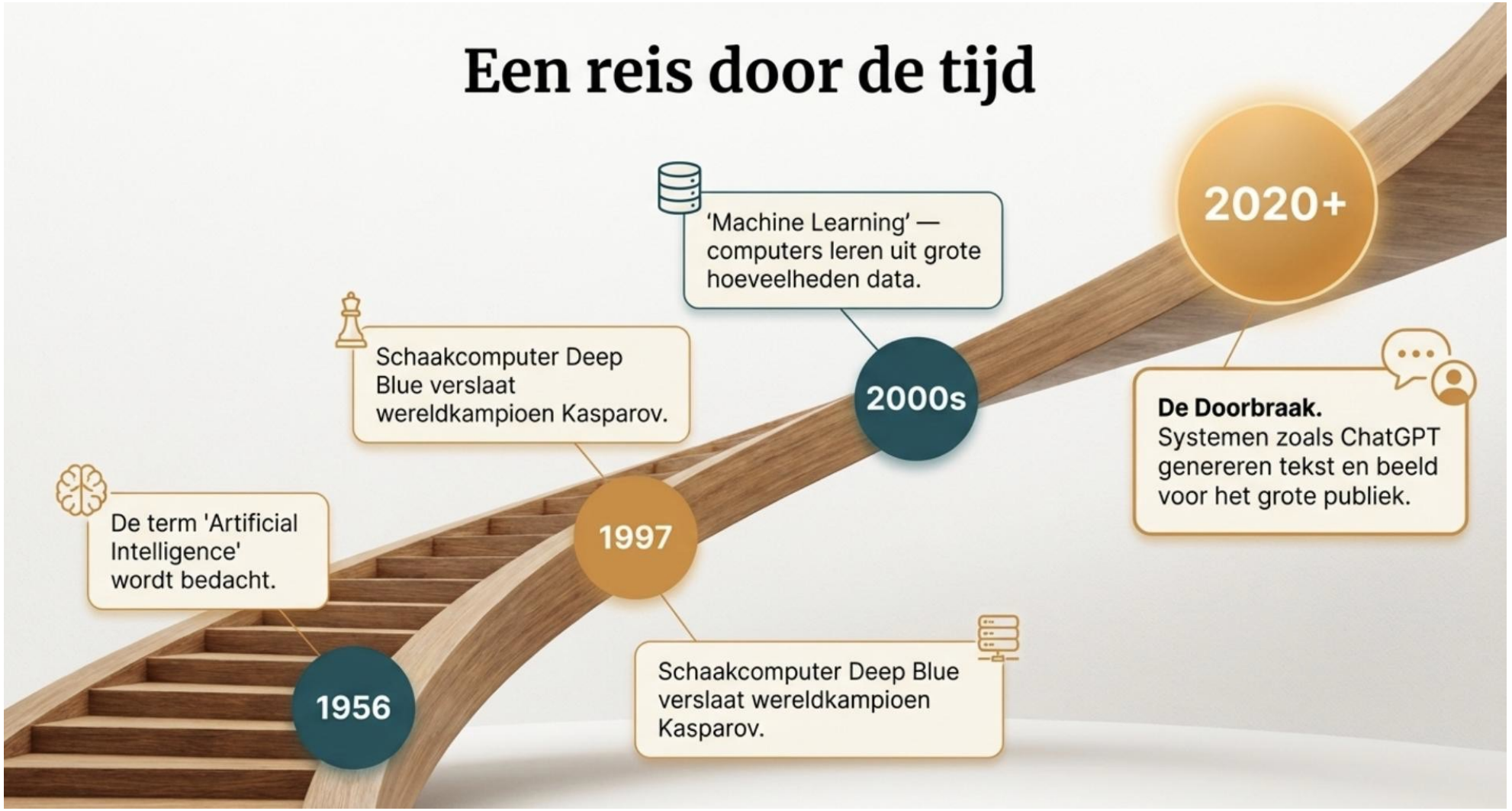
3. Patronen Herkennen.
Het systeem herkent vormen die het eerder heeft geleerd: de vorm van een snuit, de vacht, ogen.

4. De Voorspelling.

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

4. Korte geschiedenis A.I.



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

5.1 Waarom nu doorbraak

Waarom is het NU opeens zo populair?



Gigantische Rekenkracht.

Uw smartphone is 100.000 keer krachtiger dan de computer van de Apollo 11 maanlanding!



Eindeloze Data.

Systemen worden getraind op het hele internet. Dat staat gelijk aan de tekst van minstens 150 miljoen Harry Potter boeken.

NotebookLM

de Bibliotheek Twente
seniorweb Hengelo

5.2 Wat kun je er mee?

De Nationale AI Cursus







de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

5.3 Tijd voor een testje






Vier seizoenen. Welke foto is origineel?

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

5.4 Googelen en A.I. chat

Het grote verschil: Zoeken versus Chatten

Bij AI bent u aan het chatten. U stelt een vraag, en het systeem praat terug met een compleet antwoord.

Zoekmachine (bijv. Google)



Een bibliotheek waar u een stapel boeken krijgt die u zelf moet doorzoeken.

AI Chat



Een behulpzame bibliothecaris die alles voor u heeft gelezen en direct het juiste antwoord geeft.

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

6.1 Waar begin je mee?

- Chatbots zijn AI programma’s, ontworpen om gesprekken met mensen te voeren.
- Deze digitale assistenten gebruiken natuurlijke taalverwerking om tekst of spraak te begrijpen en te genereren
- AI chatbots werken via browser of via een app
- De meest populaire zijn gratis te gebruiken met beperkingen



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

6.2 Welke apps?

- ChatGPT : maak een gratis account aan
- Copilot : log in met uw hotmail, livemail of outlook account
- Gemini : log in met uw Gmail account



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

6.3 Hoe gebruik je het?



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

6.4 Advies

De Gouden Regels voor uw A.I. Stagiair



Werk in stapjes

U bent aan het chatten! Begin algemeen en vraag daarna pas verder door.
U mag altijd zeggen: 'Maak het korter' of 'Leg het simpeler uit'.



Vraag om verduidelijking

Voeg toe aan uw prompt: 'Geef me minimaal 3 verduidelijkingsvragen voordat je antwoordt.' Zo dwingt u de A.I. om mee te denken.



Blijf altijd kritisch

A.I. is niet perfect. Het verzint soms feiten of maakt fouten (hallucineren).
Blijf zelf altijd logisch nadenken.

NotebookLM

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

6.5 Voorbeeld prompts

De kunst van het vragen: De eerste gesprekken



Kun je een eenvoudig recept maken voor het avondeten? Ik heb gehakt, paprika en aardappelen. Voor 1 persoon.



Bedenk een planning voor een relaxte zondag, zonder to-do lijst maar met fijne activiteiten. Voeg korte voorbeelden toe.



Ik heb genoten van het boek [Titel] van [Schrijver]. Kun je me een top 3 boeken aanbevelen die waarschijnlijk ook bij me passen, op basis van thema en schrijfstijl?

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

6.6 Voorbeeld prompts (2)



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

6.7 Prompten in 4D (1)

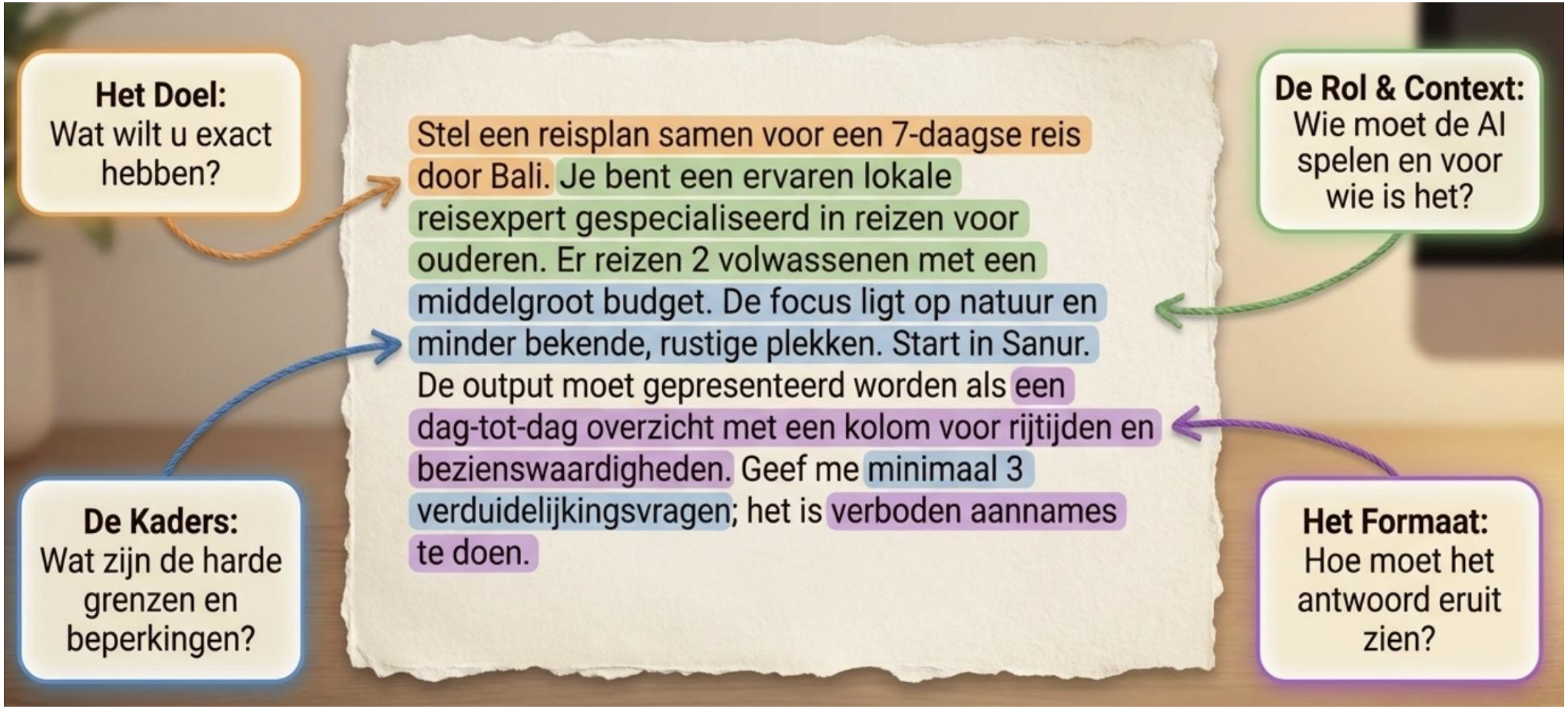
- **Doel**: Wat moet de AI precies doen?
- **Details**: Welke achtergrondinformatie ? Welke **kaders**
- **Definitie:** Welke **rol** moet de AI aannemen?
- **Design:** Wat zijn de eisen voor de output (toon, lengte, **formaat**)?

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

6.8 Prompten in 4D (2)

DOEL



DEFINITIE

DESIGN

DETAILS

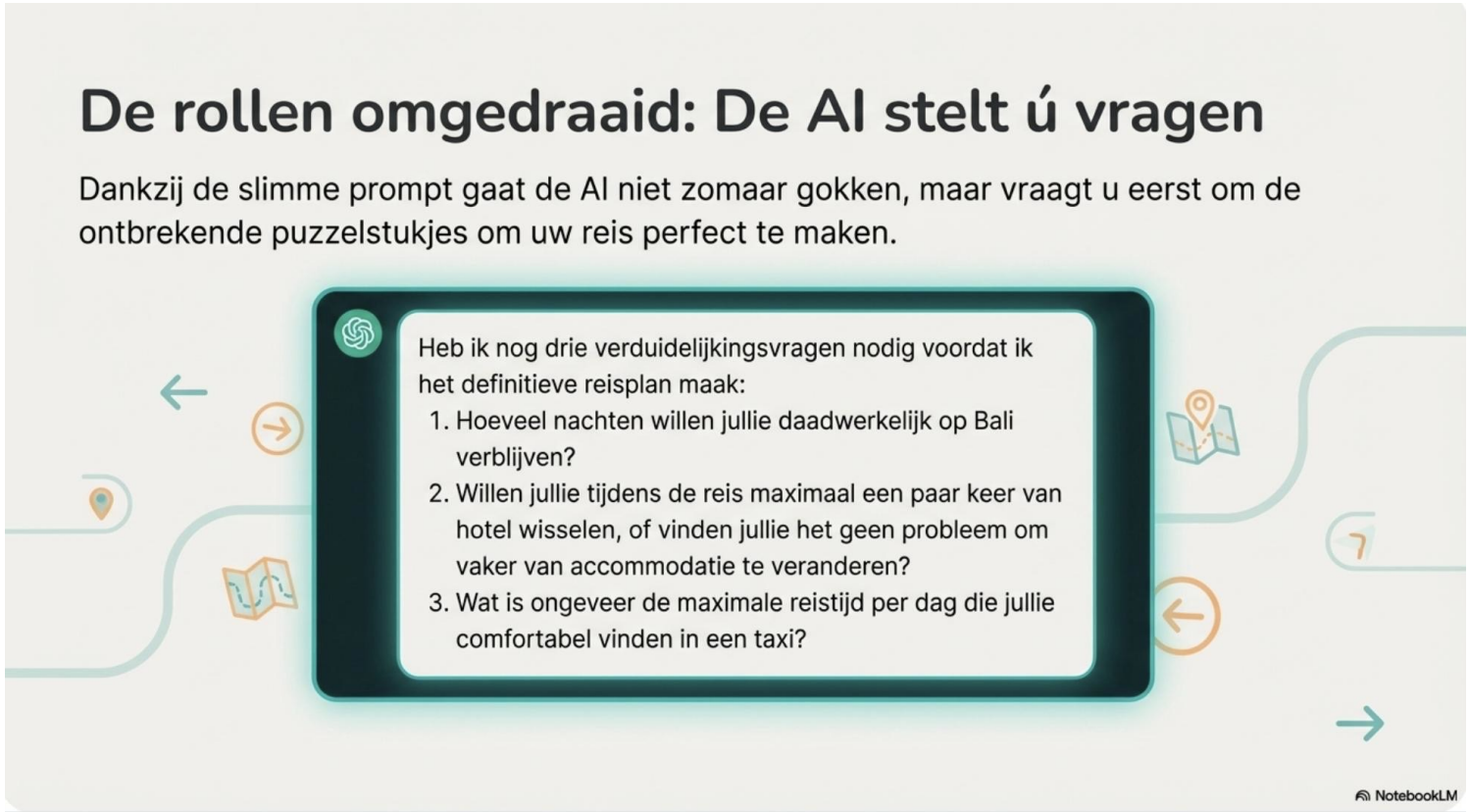
de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

6.9 Prompt gevorderden

Voeg toe de volgende tekst :

- Geef me minimaal 3 verduidelijkingsvragen en het is verboden aannames te doen in je reactie terug naar me.



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

6.10 Promp Resultaat

7-daagse rondreis Bali (rustig tempo – natuur)

Dag	Route (incl. rijtijd)	Belangrijkste bezienswaardigheden	Overnachtingssuggestie
1	Aankomst – verblijf in **Sanur**	Strandwandeling langs Sanur Beach, rustige boulevard, massage of café aan zee	Hotel **Puri Santrian** of **Griya Santrian**
2	**Sanur → Sidemen** (±1–1,5 uur)	Stop bij **Tegenungan waterval**, rijstvelden rond **Sidemen-vallei**, uitzicht op **Gunung Agung**	**Sawah Indah Villa** of **Samanvaya Luxury Resort**
3	Verblijf **Sidemen** (korte ritten / wandelen)	Rustige rijstveldwandeling, **Gembleng Waterfall**, traditioneel dorpje **Tenganan** (Bali Aga cultuur)	Zelfde hotel in Sidemen
4	**Sidemen → Munduk** via Kintamani (±3 uur, panoramische route)	Uitzicht op **Mount Batur**, koffieplantage, **Ulun Danu Bratan tempel** bij het meer	**Munduk Moding Plantation** of **Puri Lumbung Cottages**
5	Verblijf **Munduk**	Jungle-wandeling langs **Munduk en Melanting watervallen**, uitzicht op Bali-bergen, rustig dorp	Zelfde hotel in Munduk
6	**Munduk → Jatiluwih → Sanur** (±3–3,5 uur)	UNESCO-rijstterrassen **Jatiluwih**, tempel **Tanah Lot** (eventueel korte stop), terug naar Sanur	**Segara Village Hotel** of **Taksu Sanur Hotel**
7	Verblijf **Sanur**	Fietstocht langs kustpad, bootje kijken in de haven, souvenirwinkels of spa	Zelfde hotel in Sanur

Waarom deze route goed werkt voor ouderen

- **Weinig hotels wisselen** (max. 3 locaties)
- **Ritten meestal 1–3 uur**, nooit extreem lang
- **Veel natuur**: rijstvelden, bergen, watervallen
- **Rustigere regio's** zoals Sidemen en Munduk (veel minder druk dan Ubud of Canggu)

💡 **Extra lokale tip**

Huur een **auto met chauffeur per dag**. Dat kost vaak ongeveer **€40–60 per dag** en is op Bali veel comfortabeler dan zelf rijden.

✅ Als je wilt, kan ik ook:

- een **kaart van deze route maken**,
- een **versie speciaal voor senioren (nog rustiger tempo)**,
- of een **lijst met de mooiste korte wandelingen (max. 1–2 km)** langs deze route.

Sources



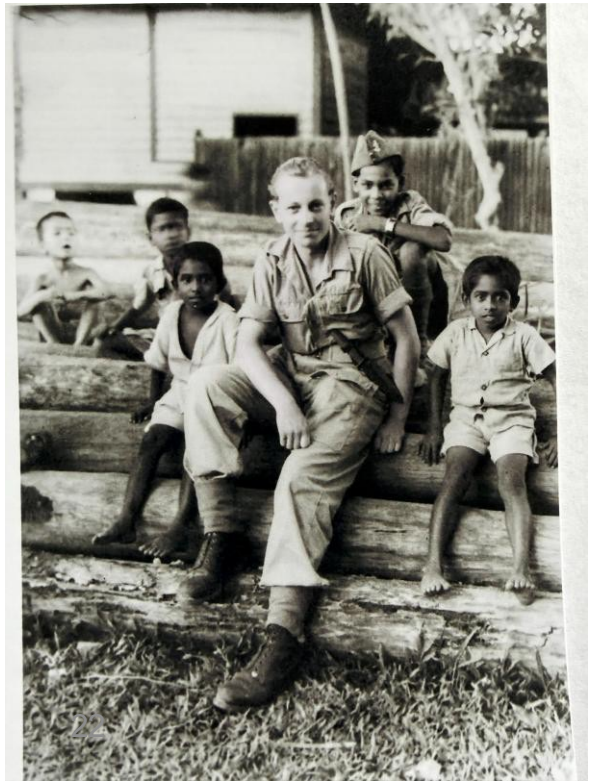
de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

7.1 Prompt Foto verbeteren

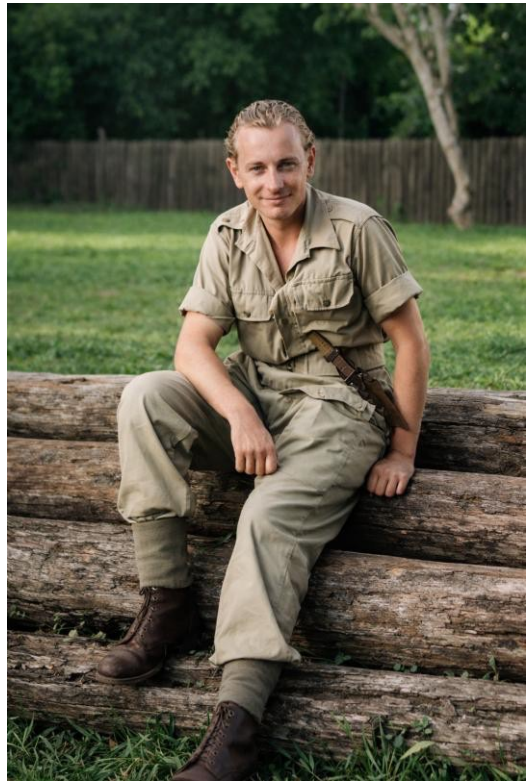
Upload een foto via het plusje en voer dan deze prompt in

Restaureer deze oude foto tot een professioneel portret met DSLR-kwaliteit kleur en detail, gebruik een geavanceerd upscaling-algoritme vergelijkbaar met de resultaten van een Canon EOS R6 II. Zorg ervoor dat de gerestaureerde afbeelding er natuurlijk uitziet, de exacte gelaatstrekken behoudt en een uitstekende scherpte heeft. ***Haal de kinderen weg***









7.2 Foto omvormen



Gemini



Copilot





ChatGPT

Haal alle bomen weg, laat een zonnetje zien en zet er wat wandelaars met een hond op. En zet er een vliegtuig op

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

8 Voor- en nadelen A.I.

De balans opmaken: Kansen en Risico's



⊕ Voordelen

- Persoonlijke assistent voor routinewerk.
- Efficiënt: verwerkt snel grote hoeveelheden gegevens.
- Stimuleert innovatie (bijv. in de zorg en het weer).

! Aandachtspunten

- Risico's voor privacy.
- Data moet objectief zijn (AI kan fouten maken of dingen verzinnen).
- Enorm stroomverbruik (in 2025 verbruikt AI evenveel als heel Engeland).
- Menselijke controle blijft altijd nodig.

NotebookLM

de Bibliotheek Twente
seniorweb Hengelo

10.1 Aan de slag

De Gouden Spelregels voor Beginners



1. Bescherm uw privacy

Deel nooit persoonlijke gegevens, wachtwoorden of medische info in de chat.



2. Wees de regisseur

Stuur de AI bij door specifiek te zijn en in stapjes te werken.



3. Blijf de baas

Controleer altijd de feiten. U bent de eindverantwoordelijke, niet de computer.



4. Gewoon proberen

Wees niet bang om fouten te maken. Experimenteer en ontdek wat voor u werkt!

NotebookLM

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

10.2 Welke apps?



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

10.3 ChatGPT

Om gebruik te maken van ChatGPT is een gratis account nodig:

- Open een browser en ga naar chatgpt.com of open de app ChatGPT
- Klik rechtsboven op Gratis account maken.(Registeren)
- Typ uw e-mailadres en klik op Doorgaan.
- Bedenk een wachtwoord, vul het in en klik op Doorgaan.
- U krijgt een e-mail. Open de mail en klik op E-mailadres verifiëren.
- Vul uw naam en geboortedatum in en klik op Akkoord.
- Klik op Inschakelen.

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

10.4 Copilot



Copilot (Microsoft) Log in met je gratis Hotmail of Livemail account voor meer opties (bv plaatjes maken)

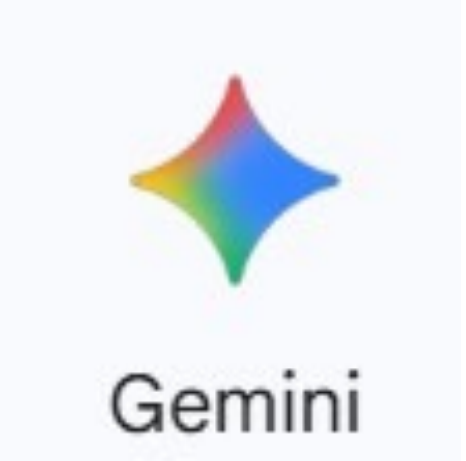
- PC : twee opties
  - Webbrowser: www.bing.nl en kies dan copilot
  - Copilot app via Microsoft Store

- Smartphone/Tablet :
  - Copilot app via Google Play Store of Apple Store

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

10.5 Gemini



Gemini (Google) : vereist gratis **Gmail** of Google account

- PC :
  - Webbrowser: open Gmail, kies rechtsboven 9 puntjes en dan Gemini
  - Webbrowser: ga naar www.gemini.google.com

- Smartphone/Tablet :
  - Gemini app via Google Play Store of Apple store

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

10.6 Alternatieve apps

Claude

perplexity

- Claude is een AI-chatbot die zich onderscheidt door zijn natuurlijke en context bewuste antwoorden. Deze AI is ontworpen om gesprekken zo menselijk mogelijk te laten verlopen

- Perplexity geef goed onderbouwde antwoorden op je vragen. Compleet met bronvermelding en linkjes waar de informatie is gevonden.

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

11 Referenties

www.seniorweb.nl/onderwerp/ai

Dit is een actuele lijst met alle onderwerpen over AI van Seniorweb. Kunnen gelezen worden zonder lidmaatschap

www.ai-cursus.nl/

Gratis cursus over AI

De Nationale AI-Cursus is een samenwerking van diverse organisaties die het belang van ‘AI-geletterdheid’ niet alleen willen onderstrepen maar ook in de praktijk willen brengen.

www.seniorweb.nl/artikel/voorkom-dat-chatgpt-vragen-gebruikt

Hoe stel je de privacy van ChatGPT in

de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo

12 Vragen?

Seniorweb.nl en Bibliotheektwente.nl



de Bibliotheek Twente

seniorweb Hengelo