

Overskrifter

Inspiration til brug af AI

OBS: Brug de små pile til venstre for overskrifterne herunder for at folde ud/folde sammen

Generel introduktion/gode råd

- Når du skriver prompts (instruktioner)
 - Prøv dig frem!
 - Du skal ikke skrive i særlige 'koder' for at chatbotten forstår dig - skriv bare dine prompts i et helt almindeligt sprog. Du kan ofte også indtale dine instruktioner.
 - Jo mere detaljeret du beskriver, hvad du ønsker, jo bedre svar får du.
 - Husk, at du altid kan gå i dialog med AI'en om det første svar, den giver dig - skriv fx om det var noget andet, du havde forestillet dig, eller bed den uddybe nogle ting.
- Mange webbaserede AI-tjenester findes også som apps til telefonen.
- Man kommer langt med de gratis løsninger. Nogle gange kan det give mening at betale for de ekstra muligheder.
- Lad evt. også ChatGPT hjælpe med at lave prompts til andre tjenester (fx billedtjenester)

Sprogmodeller/chatbots

De kan bruges til ...

- Generel viden: Spørg om historie, videnskab, kultur, teknologi – og alt andet.
- Læringshjælp: Forklaringer af koncepter inden for matematik, fysik, sprog osv., eller hjælp til at forstå komplekse teorier.
- Problem-løsning: Hjælp til logiske gåder, matematiske udregninger eller tekniske fejlfinding.
- Sprogassistance: Oversættelser (dansk/engelsk), grammatikhjælp eller tekstredigering.
- Kreativ skrivning: Jeg kan hjælpe med digte, historier, idéer til projekter eller selv skrive formelle tekster som emails/CV'er.
- Teknisk support: Vejledning til kodning (Python, JavaScript osv.), debugging eller IT-relaterede spørgsmål.
- Dagligdags praktisk hjælp: Planlægning af måltider, træningsrutiner eller rejseorganisation.
- anbefalinger: Bøger, film, musik eller podcasts baseret på dine præferencer.

[Læs mere her om ChatGPT](#) (dokumentet skal opdateres og gennemskrives - der er ikke gjort endnu)

Vigtigt at huske

- **Personlige data og GDPR:** Vær opmærksom på, hvilke data du deler med AI-systemet. Bryd ikke GDPR-regler. Del ikke personfølsomme oplysninger, fx medlemsnummer, navne,

fødselsdatoer (i kombination med andre oplysninger). Medlemsnummer er en personfølsom oplysning, selvom den ikke står i kombination med andre oplysninger!

- **Tilladelser:** Læs vilkårene for brug og privatlivspolitikken for AI-tjenesten. Forstå, hvad der sker med dine data, og hvem der har adgang til dem.
- **Bias og usandheder:** Vær opmærksom på, at AI-systemer kan have indbygget bias, hvilket kan påvirke de resultater og anbefalinger, de giver. Der kan være indbygget fordomme i dens udsagn, som blandt andet kan stamme fra de mange internetsider, den er trænet med. Vær også obs på, at ChatGPT har et amerikansk verdenssyn.
- **Vær kritisk og ansvarlig:** Vær altid kritisk over for de svar, du får. Bed evt. ChatGPT angive kilder - eller lav selv en opfølgende Google-søgning. Husk på, at selvom AI-systemer er kraftfulde værktøjer, ligger det endelige ansvar for beslutninger hos den menneskelige bruger. Brug AI som en hjælp, men træf dine egne, velovervejede beslutninger baseret på en række oplysninger og kilder.
- **Der bruges utroligt meget energi.** Så vær meget bevist om dit forbrug af AI. Er det måske lige så fint at Google? Det bruger væsentligt mindre energi. Et enkelt prompt kræver lige så meget energi, som du gennemsnitligt bruger på at oplade din mobiltelefon i løbet af en måned.

Tips og tricks til brugen

- I de fleste chatbots kan man vælge forskellige sprogmodeller og/eller om der skal søges på nettet, eller bruges længere tid for grundigere svar - Husk at overveje disse muligheder
- [Se Miniguide til ChatGPT](#)

ChatGPT - chatgpt.com

Kendt for sin alsidighed, stærke sprogforståelse og evne til at føre naturlige samtaler.

Med abonnement får man hurtigere svar og (i nogle tilfælde) bedre resultater - og man får adgang til Advanced Voice Mode, hvor man kan have samtaler med ChatGPT og endda også slå sit kamera til og vise den hvad man ser (også på skærmen).

Bliv klogere på mulighederne ved at læse guides, se use cases osv ([her er blot et lille eksempel](#)).

Gemini - gemini.google.com

Integrerer tæt med Google-tjenester og har stærke multimodale evner til at forstå tekst, billeder og videoer.

Google AI Studio - <https://aistudio.google.com>

Prøv Googles nye modeller.

Perplexity - perplexity.ai

Specialiseret i informationssøgning med realtidsdata og citerede kilder, hvilket gør den ideel til research

Deepseek - chat.deepseek.com (kinesisk)

Fokus på dybdegående analyse og præcision i tekniske og akademiske emner.

Copilot - copilot.cloud.microsoft

[Bliv evt. klogere på Copilot her](#)

Claude - claude.ai

Skiller sig ud med lange kontekster og en naturlig samtalestil, ideel til komplekse analyser og dybdegående dialoger.

Le Chat - chat.mistral.ai/chat (fransk)

Grok - x.com/i/grok

NotebookLM - notebooklm.google

Upload/tilføj kildemateriale og få nye indsigter. Man kan også få en podcast. Perfekt til akademisk arbejde og notatskrivning, da den kan organisere og analysere brugerens egne dokumenter.

Deepl - Engelsk og tysk - deepl.com/en/write

Få hjælp til at skrive bedre engelsk og tysk

Særligt til ordblinde

Skriv sikkert - skrivsikkert.dk

En avanceret dansk AI-plattform der kombinerer tekst-til-tale, tale-til-tekst og grammatisk korrektion med AI-assisteret skrivning.

[Lidt råd om prompts](#)

Cliary - cliarly.com

Er også meget god til tale-til-tekst (som derefter rettes og får tegnsætning).

...

Skriv fx i ChatGPT:

Ret denne tekst. Markér hvad du har ændret i teksten - og lav nederst også en liste over alle ændringerne.

Oversættelse

DeepL - deepl.com/translator

Man kan også fint bruge ChatGPT osv.

løvrigt er der også mange muligheder for at lære sprog

- Se fx <https://labs.google/lll/en>

Billeder og video

Kan bruges til ...

- Kunstig intelligens kan bruges til smart redigering af fotos og videoer.
- AI kan også bruges til at generere nye billeder og videoer helt fra bunden.
- Og AI kan bruges til at automatisere opgaver som billedredigering og videoredigering, hvilket kan spare tid og penge.

Bing Image Creator - bing.com/images/create

ChatGPT Image

Man skriver en prompt direkte i ChatGPT-modellen "GPT-4o" (koster).

Skriv fx "lav et billede af". Følg op ved at bede ChatGPT ændre billedet, hvis du ønsker det.

Man kan også uploade egne fotos og bede ChatGPT redigere i dem. (Eller mixe to billeder sammen).

[Se eksempler.](#)

Man kan uploade et billede af en skitse, man har tegnet, og bede ChatGPT lave det om til et pænt billede/tegning. (Evt. i en bestemt stilart).

Adobe Firefly - firefly.adobe.com

Leonardo.ai - leonardo.ai

Midjourney - midjourney.com

Kan lave alle typer billeder i høj kvalitet.

Skaber også kunstneriske, højtoplevelselige billeder med en unik stil, ofte brugt til digital kunst og koncepter.

Find vejledninger for at skrive de bedste prompts (se fx [her](#), at man også kan definere hvilken vinkel man vil have)

(Se eksempel på stilarter)

Krea - krea.ai

Specialiseret i højtopløselige og meget foto-realistiske billeder med detaljeret kontrol over stil og komposition.

Brug Krea 1.

Haiper - haiper.ai

Kendt for fotorealistiske AI-genererede billeder med avanceret lys- og skyggeforståelse.

Ideogram - ideogram.ai

Stærk i AI-genereret typografi og tekst i billeder, hvilket gør den ideel til plakat- og logo-design.

Dream Machine - lumalabs.ai/dream-machine

Playground AI - playgroundai.com

Fleksibel platform til både kunstneriske og fotorealistiske AI-billeder, velegnet til både leg og professionel brug

Flair.ai - flair.ai

Særligt god til baggrunde til produktfotos

Photoroom - photoroom.com

Stærk inden for baggrundsredigering og automatiseret billedforbedring

VEO3 fra Google (i Gemini)

Model 3 er meget stærk til at lave video inkl. lyd

Sora - sora.com

OpenAI's videogenerator, der skaber realistiske og sammenhængende AI-genererede videoer.

Runway - app.runwayml.com

NeuralFrames - neuralframes.com

Skaber AI-genererede animerede videoer med avancerede visuelle effekter.

Andet brugbart i forhold til billeder og video

Udover avanceret billed- og videoredigering, kan mange af ovenstående tjenester også løse andre specifikke opgaver

- fx opskallere billeder i lav opløsning til højere opløsning (prøv også <https://letsenhance.io> eller <https://www.capcut.com/tools/ai-image-upscaler>)
- fjern baggrunden på et billede (fritlægning) (prøv også <https://www.remove.bg> - (gratis på små billeder og ellers billig)
- masseredigering (ændre størrelse, farver, format, tilføj tekst osv. på en masse billeder på en gang) (prøv fx <https://www.fotor.com/batch-photo-editor> (man kan få 3 dage gratis) eller <https://www.mlblocks.com>)
- få automatisk små klip af din video - til deling på SoMe (prøv fx descript.com/social-video eller <https://aico.tv> (og mange andre))
- find ikoner og stickers - fx flaticon.com

Man får mange gode billeder, videoklip, musik osv. for få penge hos <https://elements.envato.com>
[Se også vores liste over gratis billeder her](#)

Videoredigering

 ChatGPTs vurdering af videotjenester

CapCut - [capcut.com](https://www.capcut.com)

Brugervenlig videoeditor med AI-værktøjer til hurtig redigering, ofte brugt til TikTok og Instagram. Kan fx også tilføje zoom (de rigtige steder).

Kan også dette: Denne videoredigeringssoftware tilbyder en 'tekst-til-video' AI-funktion, der analyserer dit manuskript og automatisk genererer tilsvarende visuelle elementer, overgange og voiceovers. Du skal blot indtaste din tekst, vælge de ønskede indstillinger, og AI'en producerer en færdig video.

OpusClip - opus.pro

Kan skabe korte, engagerende videoklip ud fra længere videoer, perfekt til sociale medier. Kan intelligently ændre bredformat til højformat

Captions - [http://captions.ai](https://captions.ai)

Specialiseret i automatisk tekstning og voice-over til videoer med AI-drevet præcision. Meget professionelt og anerkendt videoværktøj, der kan alt

AI Video - [http://Aivideo.com](https://Aivideo.com)

Gør brug af de førende værktøjer - det hele samlet et sted.
[Se demo.](#)

VEED - veed.io

Brugervenlig og hurtig online videoredigering med automatisk tekstning og effekter
Kan rette øjne, så de kigger i kameraet.

Climpchamp - clipchamp.com

Program til computeren med en række gode AI-værktøjer

InVideo - invideo.io/studio

Gling - gling.ai

Tilbyder funktioner som automatisk transskription af dit indhold, fjernelse af uønskede optagelser og stilheder samt generering af billedtekster.

Free trial: <https://gling.ai/?via=greg>

<https://www.youtube.com/watch?v=LDIF1bYtAqI>

Descript - descript.com

Fjern “øh”, retter op så folk kikker i kameraet, forbedrer lyden , osv.

Designs.ai/videomaker - designs.ai/videomaker

Hailuo - hailuoai.video

Vidds - vidds.co

Fokus på automatiseret videoredigering og skabelonbaseret content creation.

Adobe Podcast - podcast.adobe.com/enhance

Forbedre lyden markant

FireCut - firecut.ai

Grafisk design

Kan bruges til ...

- Kunstig intelligens kan hjælpe dig med grafisk design. AI kan bruges til at automatisere opgaver, og AI kan bruges til at generere nye ideer og inspiration.

AI indbygges for tiden i alle de redigeringstjenester, man kender - fx hos Canva.

AI er også stærk til at bygge hele hjemmesider eller skrive kode til særlige elementer på en hjemmeside.

Adobe Express - new.express.adobe.com

Canva - canva.com

Vi bruger denne i KFUM og KFUK og har den brandet til vores designprofil

Tjek: [Create Instagram Stories or Reels with Canva AI](#)

Designs AI - designs.ai

Microsoft Designer - designer.microsoft.com

Flere tjenester:

- <https://www.fotor.com/>
- <https://www.freepik.com/>
- <https://playground.com/>
- Og mange andre

Dataanalyse og workflows

Kan bruges til ...

- At automatisere opgaver, analysere store datasæt og generere indsigtsfulde rapporter.

Make.com

Automatisering af arbejdsprocesser uden at skulle kode

God fordi data ikke overføres til Make.

Flere tjenester:

- Se liste: <https://topai.tools/s/task-automation>

I KFUM og KFUK bruger vi ikke:

- Rows

Tale og lyd

Transskription

Fx til undertekster eller interviews der er optaget:

- **MyGoodTape** fra Zetland: Virker godt og er gratis (hvis man opgraderer til "Professional" viser Good Tape også, hvem der sagde hvad). Få bagefter ChatGPT til at strukturere pointer fra transkriptionen. Kan også bruges til undertekster, da man kan downloade fil med tidsstempler og uploade til youtube.

Kopier en stemme

Lav din egen stemme til AI og tal nye sprog.

Få læst tekst op på forskellige sprog og download:

- **Heygen** - <https://app.heygen.com>
- **Elevenlabs** - <https://elevenlabs.io> - kan fx lave voiceover til videoer - kan også bruge en bestemt persons stemme
- **Meta Audiobox** - <https://audiobox.metademolab.com/maker>

Musik

Prøv suno.com, udio.com og stableaudio.com

Suno v4 er helt klart den bedste p.t. Kræver "premium plan".

Find flere tjenester + Lær mere + Nyheder

Oversigter over AI-tjenester

- <https://replicate.com/explore>
- <https://www.insidr.ai/>
- <https://www.futurepedia.io/>
- <https://topai.tools> (søg fx efter short clips from long video)
- <https://www.insidr.ai/ai-tools>
- <https://aitoolsdirectory.com>
- <https://tinywow.com>

Eksperimenter selv

- <https://aistudio.google.com/live>
 - Kan fx dele skærm og spørge ...
 - Kan fx uploade billede og beskrive de ændringer man ønsker

- Ensure the output format is set to "Images and text" in the righthand settings sidebar.
- Upload an image that you want edited.
- Describe the change you want Gemini to make in your text prompt.
- <https://docs.anthropic.com/en/prompt-library/library>

Gå på opdagelse

- Se <https://www.youtube.com/watch?v=upDOltxNRqQ&t=23s> og flere fra ham
- Se <https://www.youtube.com/watch?v=b8tu9DAUM9M>

Lær

- <https://www.thinkwithgoogle.com/intl/en-emea/marketing-strategies/automation/ai-handbook/>
- <https://www.3min.dk/>

Se hvad AI kan

- [AI kommer nu ind i robotter](#)

Nyheder / Nyhedsbreve

- <https://myaiadvantage.com/newsletter>
- <https://www.youtube.com/@aiadvantage>
- <https://www.insidr.ai/>
- <https://da.gagadget.com/news/ai/>
- <https://neuralfrontier.beehiiv.com/>
- <https://www.therundown.ai/>
- <https://www.wired.com/>
- DR Prompt

Gode AI-tjenester til andet relateret

- Lav vilde QR-koder ud fra et prompt (koster)
 - [Qrcraft.xyz](https://qrcraft.xyz)
- Generator til titler og logo
 - <https://www.brandcrowd.com/business-name-generator>
 - <https://looka.com/explore>
 - <https://namelix.com/>
 - Og mange, mange andre

Apps

- ChatGPT (fra OpenAI)
- [ElevenReader](#) - Text to Speech - Bring any book, article, PDF, newsletter, or text to life with ultra realistic AI narration
- Perplexity
- DeepL
- Claude
- DeepSeek
- Ikke app men mobilside: Gemini.google.com
- Og mange flere til video, grafik osv.