AI: slim, gevaarlijk of gewoon handig?

Een praktische avond over kunstmatige intelligentie



Thijs Bouten & Jan Jacobs

Grathem 55plus · SOSL · maandag 2 november 2026

PROGRAMMA

Wat gaan we vanavond doen?

20:00	**Uitleg over AI** Is AI intelligent? Hoe werkt het? Gevolgen en gevaren
20:45	**Pauze** Koffie en thee
21:00	**Drie casussen** Energiecontracten · Thuisbatterij · Medisch dossier
Daarna	**Vragen en discussie** Ruimte voor uw vragen en ideeën

OPWARMER

Wat is AI voor u?



Wie van u heeft AI al eens gebruikt?



Wie vertrouwt wat AI antwoordt?



Wie maakt zich zorgen over AI?

Eerdere groepen noemden:
slim · toegankelijk voor iedereen · snel · geld besparen — maar ook: te snel · fake news · is creativiteit nog nodig?

Is AI echt intelligent?



Acteren

Turing-test, 1950

Kunt u niet meer merken of u met een mens of een computer praat? Dan noemen we de computer intelligent.



Zijn

Chinese kamer, 1980

Een man schuift Chinese tekens heen en weer met een regelboek. Zijn antwoorden zijn goed, maar hij begrijpt niets.

Wat denkt u: begrijpt ChatGPT wat het schrijft?

Hoe slim is AI nu echt?

Hier staan we nu: ChatGPT, Gemini en Copilot

Smalle AI

Bestaat vandaag

Eén taak, maar die héél goed: taal, beeld, schaken

Algemene AI

Nog niet bereikt

Kan leren wat een mens kan, op alle terreinen

Superintelligentie

Nog niet bereikt

Overtreft de mens op alle gebieden

Hoe AI leerde: van 1980 tot nu

1980

Eerste netwerken

Kleine netwerken die leren van voorbeelden

2010

Deep learning

Honderden lagen: herkent een kat of een hond

2014

Plaatjes maken

Twee netwerken dagen elkaar uit: maker en controleur

2017

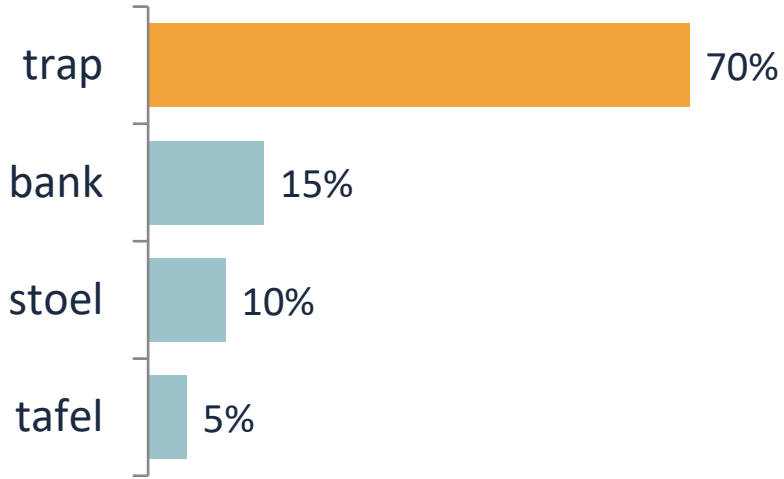
Transformer

Leest het hele internet en raadt het volgende woord

ChatGPT, Gemini, Copilot en Claude bouwen allemaal voort op die laatste stap.

AI raadt het volgende woord

De kat zit op de …?



Illustratief voorbeeld

Zo schrijft AI

- Raadt steeds één woord verder.
- Op basis van miljarden teksten.
- Zo groeit een hele brief.

Overtuigend, niet altijd waar



Leert patronen, geen feiten

Het onthoudt hoe teksten eruitzien, niet of ze waar zijn.



Vult gaten op

Weet het iets niet? Dan verzint het iets logisch klinkends: ‘hallucineren’.



Klinkt altijd zeker

Ook als het ongelijk heeft.



Uw tegenmaatregel

Vraag om bronnen en controleer belangrijke zaken zelf.

Wat kan AI al?

Tekst schrijven

Brieven, samenvattingen, gedichten

Plaatjes maken

Een tekening of foto in seconden

Muziek maken

Een liedje op bestelling

Stemmen nabootsen

Klinkt als een echt persoon

Vertalen

Praat en schrijft in vele talen

Zorg en verkeer

Scans beoordelen, auto's besturen

Een wereld uit één plaatje

Typ een zin of upload een foto

Of een video, of een 360°-foto

AI bouwt een 3D-wereld

Met ruimte, diepte en details

U loopt er zelf doorheen

En past de wereld aan

Demo: https://www.worldlabs.ai/blog/atlas

Wat betekent dit voor ons?

Kansen

- Gezondheidszorg en wetenschap boeken vooruitgang
- Voor iedereen toegankelijk, vaak gratis
- Tijd en geld besparen

Zorgen

- Banen veranderen, ook hoogopgeleid werk
- Minder zelf nadenken en bedenken?
- Misbruik: fraude en nepnieuws
- Duurzaamheid: datacentra gebruiken veel stroom/water en vervuilen landschap

AI-agents: AI die zelf handelt

Chatbot

U vraagt, het antwoordt. U doet zelf de rest.

Agent

U geeft een opdracht. Het plant, zoekt, mailt, boekt en koopt zelf.

Teams van agents

Meerdere agents werken samen: de één zoekt, de ander schrijft, een derde controleert.

Humanoids: robots in huis?



Waar staan we?

- 2026 is een testjaar
- Eerste thuisrobots: duur en deels op afstand bestuurd



Kansen

- Hulp in zorg en huishouden
- Minder druk door personeelstekort



Gevaren

- Fysiek letsel
- Camera's en microfoons in huis
- Hacken, en wie is aansprakelijk?

Een demo is nog geen product: Tesla's Optimus

Zien is niet meer geloven

Het probleem

- Foto's, video's en stemmen zijn door iedereen na te maken.
- Nepnieuws gaat razendsnel rond.

Zo checkt u

- Wie zegt dit? Is de bron bekend?
- Melden andere betrouwbare bronnen het ook?
- Raakt het u sterk? Even wachten, dan checken.

Oplichters gebruiken AI ook

‘Uw bank belt’

Nagebootste medewerker kent uw gegevens.

‘Uw dochter belt’

Haar stem is nagebootst, het klinkt levensecht.

Phishing op maat

Mails zonder taalfouten, precies op uw situatie.

Uw antwoord altijd

Ophangen · zelf terugbellen op een bekend nummer · codewoord afspreken met familie · nooit codes of pincode geven

Pas op met social media: Ella

Gevaren van autonome agents

Fouten stapelen

Eén fout wordt door andere agents overgenomen en versterkt.

Misleid worden

Een verborgen opdracht in een webpagina of mail kan een agent kapen.

Echte schade

Een agent kan echt mailen, betalen of verwijderen.

Moeilijk ingrijpen

Het gaat snel en u ziet niet elke stap.

Uw regel: beperkte rechten, en eerst vragen bij geld, verzenden of verwijderen.

Gratis? U betaalt met gegevens

Liever niet delen

- Burgerservicenummer en bankgegevens
- Wachtwoorden en pincodes
- Medische gegevens mét uw naam

Wel slim

- Laat namen en nummers weg
- Zet training op uw gesprekken uit, als dat kan
- Vertel alleen wat u ook een vreemde zou vertellen

Zes slimme spelregels

1. **Controleer wat belangrijk is** · geld, gezondheid, recht
2. **Vraag naar bronnen** · en kijk ze zelf na
3. **Geef geen persoonsgegevens** · geen BSN, geen namen
4. **AI adviseert, u beslist** · ook bij geld en gezondheid
5. **Geef agents beperkte rechten** · eerst vragen bij geld of verzenden
6. **Blijf zelf nadenken** · uw eigen oordeel is onmisbaar

Pauze



20:45 – 21:00

Koffie of thee?

Hierna: drie casussen uit het dagelijks leven.

Drie casussen

1 · Energie

Vast, variabel, dynamisch en terugleverkosten

2 · Thuisbatterij

Loont een thuisbatterij voor u?

3 · Medisch dossier

Medische begrippen, Mijn LZR en vaccinaties

Wij laten het live zien. U denkt mee en bepaalt wat we vragen.

Hoe maak je een goede prompt?

1

Context

Wie bent u en wat is uw situatie?

2

Vraag

Wat wilt u precies weten?

3

Vorm

Gewone taal, een tabel of korte uitleg

4

Controle

Vraag: waar baseer je dit op?

Voorbeeld

“Ik ben 68 en heb zonnepanelen. Leg in gewone taal het verschil uit tussen een vast en een dynamisch energiecontract. Gebruik een tabel en vertel waar ik op moet letten.”

Casus 1 · Energiecontracten

Vast

- Prijs ligt vast, bijvoorbeeld voor een jaar
- Risico: de markt kan goedkoper worden

Variabel

- De leverancier kan het tarief aanpassen
- Prijs is minder voorspelbaar

Dynamisch

- Prijs volgt de markt, per uur
- Slim verbruiken loont; vaak geen terugleverkosten

Let op: salderen stopt op 1 januari 2027. Terugleveren levert minder op.

Casus 1 · Probeer het zelf

Probeer deze vraag

“Ik verbruik 3.200 kWh stroom en 1.100 m³ gas per jaar en heb zonnepanelen. Leg uit wat een vast, variabel en dynamisch contract voor mij betekent. Welke vragen moet ik aan leveranciers stellen?”

Controleer zelf

- Actuele tarieven: bij de leverancier of een vergelijkingssite
- Reken met uw eigen jaaroverzicht
- Terugleverkosten: lees de voorwaarden

Casus 2 · Thuisbatterij

1. Heeft u zonnepanelen, en hoeveel levert u terug?
2. Hoeveel stroom gebruikt u ’s avonds en ’s nachts?
3. Wat kost de batterij en welk contract heeft u?
4. Hoeveel jaar gaat de batterij mee?

Terugverdientijd

Prijs ÷ besparing per jaar

Rekenvoorbeeld: €6.000 ÷ €400 = 15 jaar

AI helpt rekenen. Maar de cijfers komen van u en uw offerte.

Casus 2 · Probeer het zelf

Probeer deze vraag

“Ik heb zonnepanelen en lever per jaar ongeveer 2.500 kWh terug aan het net. Een thuisbatterij van 5 kWh kost €6.000. Bereken de terugverdientijd en laat zien welke aannames je gebruikt (stroomprijs, terugleverkosten, levensduur).”

Controleer zelf

- Prijs en garantie in de offerte
- Uw eigen teruglevering, te zien in de app of op de slimme meter
- Tarieven en terugleverkosten in uw contract

Casus 3 · Medisch dossier

Dit kan AI voor u

- Medische begrippen in gewone taal uitleggen
- Een uitslag toelichten
- Vragen voor de huisarts voorbereiden
- Vaccinaties overzichtelijk ordenen

Let op

- Haal naam, geboortedatum en BSN weg
- AI stelt geen diagnose
- Klachten of twijfel? Bel de huisarts
- Controleer ook op thuisarts.nl

Probeer: *“Leg in gewone taal uit wat ‘eGFR’ in een bloeduitslag betekent en welke vragen ik de huisarts kan stellen.”*

TOT SLOT

Kernpunten van vanavond



AI is een krachtig hulpmiddel

Voor teksten, uitleg, ideeën en rekenhulp.



Maar het raadt woorden, het weet niet

Controleer wat belangrijk is.



U blijft de baas

Bescherm uw gegevens en blijf kritisch.

AFSLUITING

Vragen en discussie

Om mee te beginnen

- Waar gaat u AI zelf voor gebruiken?
- Waar maakt u zich nog zorgen over?
- Hoe gaan wij hier als individu, overheid en Europa mee om?



Dank u wel

Thijs Bouten & Jan Jacobs

Links, slides en evaluatie



Links om later na te kijken

Klik: **tbn.one/ai/links**



De presentatie als pdf

Klik: **tbn.one/ai/pdf**



We waarderen jullie mening

Klik: **tbn.one/ai/evaluatie**