

2 Einstieg leicht gemacht – Ihr erster Kontakt mit der KI

Prompt

Was waren die wichtigsten historischen Ereignisse im Jahr 1955?

Ausgabe

Wichtige historische Ereignisse 1955

Das Jahr 1955 war ein bedeutsames Jahr, besonders für Deutschland und den Kalten Krieg:

Deutschland

****Souveränität und Westintegration:**** Am 5. Mai 1955 trat das Pariser Abkommen in Kraft, wodurch die Bundesrepublik Deutschland ihre weitgehende Souveränität zurückerhielt. Nur vier Tage später, am 9. Mai, wurde die BRD Mitglied der NATO.

****Die letzten Kriegsgefangenen kehren heim:**** Bundeskanzler Adenauer reiste im September nach Moskau und erreichte die Freilassung der letzten deutschen Kriegsgefangenen aus sowjetischer Haft – etwa 10.000 Menschen kehrten daraufhin nach Deutschland zurück.

****Gründung der Bundeswehr:**** Am 12. November 1955 wurden die ersten Freiwilligen der neuen westdeutschen Streitkräfte vereidigt.

****Hallstein-Doktrin:**** Die BRD verkündete diese außenpolitische Leitlinie, wonach sie keine diplomatischen Beziehungen zu Staaten unterhalten würde, die die DDR anerkennen.

Internationale Ereignisse

****Warschauer Pakt:**** Als Reaktion auf den NATO-Beitritt der BRD gründeten die Sowjetunion und ihre Verbündeten am 14. Mai das östliche Militärbündnis.

****Österreichischer Staatsvertrag:**** Österreich erlangte am 15. Mai seine volle Souveränität zurück und verpflichtete sich zur immerwährenden Neutralität.

****Bandung-Konferenz:**** 29 asiatische und afrikanische Staaten trafen sich in Indonesien – ein Meilenstein der Entkolonialisierung und Geburtsstunde der Blockfreien-Bewegung.

****Rosa Parks:**** Am 1. Dezember weigerte sich Rosa Parks in Montgomery, Alabama, ihren Busplatz für einen Weißen zu räumen – der Beginn des Montgomery-Busboykotts und ein Wendepunkt der amerikanischen Bürgerrechtsbewegung.

Prompt

Gib mir ein einfaches Rezept für einen Apfelkuchen, das auch Anfängern gelingt.

Ausgabe

Einfacher Apfelkuchen (gelingsicher & anfängerfreundlich)

Dieser Apfelkuchen ist schnell gemacht, braucht keine besonderen Küchengeräte und gelingt auch, wenn du noch nie gebacken hast.

—

Zutaten (für eine Springform Ø 26 cm)

- 3–4 Äpfel
- 200 g Mehl
- 150 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 Päckchen Backpulver
- 2 Eier
- 100 g Butter (weich)
- 100 ml Milch
- 1 Prise Salz
- optional: Zimt, Puderzucker

Zubereitung Schritt für Schritt

1. Vorbereitung
 - Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen
 - Springform einfetten (oder Backpapier verwenden)
2. Äpfel vorbereiten
 - Äpfel schälen, entkernen
 - In Spalten oder kleine Stücke schneiden
 - Optional leicht mit Zimt bestreuen
3. Teig rühren
 - Butter, Zucker, Vanillezucker und Salz cremig rühren
 - Eier nacheinander unterrühren
 - Mehl mit Backpulver mischen und abwechselnd mit der

Milch unterrühren

→ Der Teig soll zähflüssig sein

4. Äpfel unterheben
 - Apfelstücke vorsichtig unter den Teig mischen
5. Backen
 - Teig in die Form füllen
 - Ca. 45–50 Minuten backen

- Stäbchenprobe machen: Bleibt kein Teig kleben → fertig!

Servieren

- Kurz abkühlen lassen
- Mit Puderzucker bestäuben
- Schmeckt pur oder mit Sahne / Vanillesoße

Anfänger-Tipps

- Wenn der Kuchen oben zu dunkel wird: locker mit Alufolie abdecken
- Säuerliche Äpfel (z. B. Boskop, Elstar) schmecken besonders gut
- Keine Küchenmaschine? Ein Handrührgerät oder sogar ein Schneebesen reicht

Möchtest du auch eine noch einfachere Variante vom Blech oder einen Apfelkuchen ohne Zucker / ohne Ei?

Prompt

Erkläre mir Schritt für Schritt, wie ich ein einfaches Hochbeet aus Holz bauen kann.

Ausgabe

Klar – hier ist eine schrittweise Anleitung für ein einfaches, stabiles Hochbeet aus Holz (rechteckig, ohne Schnickschnack). Ich beschreibe es so, dass du es mit Standard-Werkzeug gut nachbauen kannst.

1) Planung: Größe festlegen

Ein bewährtes Maß für Einsteiger:

- Länge: 120–200 cm
- Breite: 80–100 cm (damit du von beiden Seiten gut drankommst)
- Höhe: 70–90 cm (rückenfreundlich)

Beispiel, das ich im Kopf mitführe:

180 × 90 × 80 cm.

2) Materialliste (einfach & robust)

Holz

- 4 Eckpfosten (z. B. 7×7 cm oder 9×9 cm), Länge = Beet-Höhe (z. B. 80 cm)
- Bretter/Dielen für die Seitenwände (z. B. 20–30 mm stark; Lärche/Douglasie hält gut)
- Optional: obere Abschlussleiste als „Sitz-/Ablagekante“

Schutz & Innenleben

- Noppenfolie/Teichfolie oder spezielle Hochbeetfolie als Holzschutz innen
- Wühlmausgitter (feines Drahtgitter) für unten
- Unkrautvlies optional (nur wenn du es brauchst)

Befestigung

- Edelstahlschrauben (Außenbereich), z. B. 5×60/70 mm
- Winkelverbinder optional (macht's einfacher/stabiler)

Werkzeug

- Akkuschrauber, Holzbohrer, Säge, Maßband, Wasserwaage
- Tacker (für Folie) oder Leisten zum Festklemmen

3) Standort vorbereiten

1. Stelle das Beet so, dass es mind. 6 Stunden Sonne bekommt (wenn du Gemüse willst).
2. Fläche grob ebnen.
3. Grasnarbe entfernen (oder umdrehen) und den Boden leicht planziehen.

4) Rahmen bauen: Pfosten setzen und ausrichten

Variante A (am einfachsten): Beet steht frei auf dem Boden

1. Lege die 4 Eckpfosten als Rechteck auf den Boden.
2. Richte sie mit Wasserwaage aus.
3. Du kannst die Pfosten auch 10–20 cm eingraben (stabiler, aber mehr Arbeit).

Variante B (noch stabiler): Pfosten leicht eingraben

- An jeder Ecke ein kleines Loch, Pfosten rein, ausrichten, Erde feststampfen.

5) Seitenwände anschrauben

1. Starte unten: erstes Brett an einen Pfosten halten.
2. Vorbohren (verhindert Spalten) und dann verschrauben.
3. Brett für Brett nach oben arbeiten.
4. Wiederhole das für alle 4 Seiten.

Tipp: Wenn die Länge über ca. 160–180 cm liegt, setze mittig noch einen zusätzlichen Pfosten als Stütze.

6) Boden gegen Wühlmäuse sichern

1. Lege unten ein Wühlmausgitter über die gesamte Fläche.
2. Das Gitter an der Innenseite der unteren Bretter/Pfosten tackern oder anschrauben.

3. Überlappungen (falls mehrteilig) mindestens 10 cm überlappen und verbinden.

7) Innenwand schützen (wichtig!)

1. Kleide die Innenseiten mit Folie aus (Noppen nach außen/innen je nach Folientyp; wichtig ist: Holz wird vom feuchten Erdreich getrennt).

2. Oben 2–3 cm unter der Kante enden lassen, damit kein Wasser hinter die Folie läuft.

3. Folie tackern oder mit schmalen Leisten festschrauben.

8) Obere Kante (optional, aber angenehm)

- Schraube oben rundherum eine breitere Leiste an (z. B. 10–15 cm).

Das sieht sauber aus und ist bequem zum Abstützen.

9) Befüllen: die klassische Schichtung

(So sackt es weniger und du hast gute Erde)

1. Unten: grobe Äste/Strauchschnitt (ca. 20–30 cm)

2. Dann: kleinere Zweige/Laub (10–20 cm)

3. Dann: halbreifer Kompost oder Rasenschnitt gemischt (10–20 cm)

4. Oben: gute Pflanzerde/Kompostmix (30–40 cm)

10) Erste Bepflanzung

- Für den Start sind Salat, Radieschen, Kräuter sehr dankbar.

- Bei „stark zehrenden“ Pflanzen (Tomaten, Kürbis) oben wirklich gute Erde/Kompost nehmen.

—

Mini-Check: Damit es wirklich einfach bleibt

- Rechteckmaß gewählt
- Pfosten + Bretter verschraubt
- Wühlmausgitter unten
- Folie innen
- Schichten rein

—

Wenn du willst: Sag mir kurz (1) gewünschte Länge/Breite/Höhe und (2) ob das Hochbeet auf Erde, Pflaster oder Terrasse stehen soll – dann gebe ich dir eine konkrete Zuschnittliste (Anzahl Bretter, Pfosten, Schrauben) für genau dein Maß.

3 Richtig mit der KI sprechen

Prompt

Woran muss ich denken, wenn ich nächste Woche meinen Arzttermin wahrnehme?

Ausgabe

Hier ist eine übersichtliche Checkliste, damit du gut vorbereitet zu deinem Arzttermin nächste Woche gehst:

—

Unterlagen & Organisation

- Gesundheitskarte / Versichertenkarte
- Überweisung (falls erforderlich)
- Vorbefunde, Arztbriefe, Laborwerte
- Impfpass (wenn Impfungen Thema sein könnten)
- Terminbestätigung (falls vorhanden)
- Notizzettel + Stift oder Handy für Notizen

—

Medikamente & Gesundheit

- Liste aller Medikamente, die du einnimmst
(Name, Dosierung, wie oft – auch Vitamine & Nahrungsergänzungsmittel)
- Bekannte Allergien oder Unverträglichkeiten
- Aktuelle Beschwerden:
- Seit wann?
- Wie stark?
- Was verbessert oder verschlechtert sie?

Tipp: Stichpunkte reichen völlig.

—

Fragen vorbereiten

Überlege dir vorher:

- Was möchte ich unbedingt klären?
- Gibt es Nebenwirkungen oder Alternativen?
- Was bedeuten die Befunde konkret für meinen Alltag?

Schreib dir maximal 3–5 Kernfragen auf – das reicht meist völlig.

—

Praktisches

- Pünktlich oder etwas früher erscheinen
- Falls nötig: Begleitperson organisieren
- Bei Blutabnahme: nüchtern kommen? (falls vorher so gesagt)
- Bequeme Kleidung, ggf. gut zugänglich für Untersuchungen

—

Nach dem Termin

- Notiere dir Empfehlungen, Diagnosen oder nächste Schritte
- Kläre:
- Brauche ich einen Folgetermin?
- Gibt es Rezepte, Überweisungen oder Verordnungen?

—

Wenn du möchtest, kann ich dir daraus auch eine einseitige Abhak-Checkliste (PDF/Word) oder eine Version speziell für Vorsorge-, Facharzt- oder Kontrolltermine erstellen.

Prompt

Stell dir vor, du bist eine erfahrene Patientenberaterin (Rolle). Ich habe nächste Woche einen Termin beim Orthopäden wegen meiner Knieschmerzen und möchte gut vorbereitet sein (Ziel). Ich bin 68 Jahre alt, die Schmerzen treten vor allem beim Treppensteigen auf und bestehen seit etwa drei Monaten. Ich nehme bereits Ibuprofen bei Bedarf (Hintergrund). Erstelle mir eine Liste mit Fragen, die ich dem Arzt stellen sollte.

Ausgabe

Gerne – ich antworte dir in der Rolle einer erfahrenen Patientenberaterin.

Mit 68 Jahren, seit 3 Monaten anhaltenden Knieschmerzen und Beschwerden vor allem beim Treppensteigen ist es sehr sinnvoll, gut vorbereitet in den Termin zu gehen. Eine strukturierte Fragenliste hilft dir, nichts Wichtiges zu vergessen und gemeinsam mit dem Orthopäden gute Entscheidungen zu treffen.

—

Fragen zur Ursache der Knieschmerzen

- Was könnte die wahrscheinliche Ursache meiner Knieschmerzen sein?
 - Kommt bei mir eher Arthrose, ein Meniskusproblem oder eine Überlastung infrage?
 - Sind die Schmerzen typisch für altersbedingte Veränderungen oder eher für eine konkrete Verletzung?
 - Warum treten die Schmerzen besonders beim Treppensteigen auf?

—

Fragen zu Untersuchungen & Diagnostik

- Welche Untersuchungen sind sinnvoll (z. B. Röntgen, MRT, Ultraschall)?
 - Reicht eine körperliche Untersuchung oder brauche ich Bildgebung?
 - Was kann man auf einem Röntgenbild erkennen – und was nicht?
 - Gibt es Risiken oder Nachteile bei den vorgeschlagenen Untersuchungen?
-

Fragen zu Medikamenten & Schmerzbehandlung

- Ist Ibuprofen für mich in Ordnung – Dosierung, Dauer, Risiken?
 - Gibt es schonendere Alternativen, gerade in meinem Alter?
 - Wann sollte ich Schmerzmittel nicht einnehmen?
 - Sind Salben, Spritzen oder andere Medikamente sinnvoll?
-

♂ Fragen zu Therapie & Behandlungsmöglichkeiten

- Welche konservativen Therapien empfehlen Sie (z. B. Physiotherapie)?
- Können gezielte Übungen helfen – und welche sollte ich vermeiden?
- Sind Bandagen oder Einlagen sinnvoll?
- Ab wann würden Sie über Spritzen oder andere Eingriffe nachdenken?
- Ist eine Operation bei mir aktuell ein Thema – oder eher nicht?

Fragen zu Alltag, Bewegung & Lebensstil

- Welche Bewegungen sind gut, welche eher schädlich für mein Knie?
- Darf ich weiterhin spazieren gehen / Rad fahren?
- Gibt es Tipps für den Alltag (Treppen, Sitzen, Aufstehen)?
- Kann Gewicht, Schuhwerk oder Haltung eine Rolle spielen?

Fragen zum Verlauf & zur Prognose

- Wie schätzen Sie den weiteren Verlauf meiner Beschwerden ein?
- Ist eine Besserung realistisch – und in welchem Zeitraum?
- Woran erkenne ich, dass sich das Knie verschlechtert?
- Wann sollte ich mich erneut vorstellen?

Praktischer Tipp für den Termin

Nimm diese 3 Zusatzinfos unbedingt mit:

- Seit wann genau die Schmerzen bestehen (du weißt: ca. 3 Monate)
 - Was die Schmerzen verschlimmert oder lindert
 - Welche Medikamente du einnimmst (Ibuprofen bei Bedarf, Dosierung)
-

Wenn du möchtest, kann ich dir daraus auch eine 1-seitige Checkliste zum Ausdrucken oder eine Kurzversion für das Wartezimmer erstellen.

Möchtest du das?

Prompt

Ich möchte das Abonnement einer Tageszeitung kündigen. Formuliere die Kündigung sachlich und förmlich in nicht mehr als drei Sätzen.

Ausgabe

Gerne. Hier ist eine sachlich-förmliche Kündigung in maximal drei Sätzen:

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit kündige ich mein Abonnement der Tageszeitung fristgerecht zum nächstmöglichen Zeitpunkt.

Bitte bestätigen Sie mir die Kündigung schriftlich unter Angabe des Beendigungsdatums. Wenn du möchtest, passe ich den Text noch für **Post statt E-Mail**, mit **Kundennummer** oder **konkretem Datum** an.

4 Die KI so einrichten, wie Sie sie brauchen

Prompt (gesprochen)

Meine Enkelin Marie wird nächste Woche zwölf Jahre alt. Sie mag Pferde und liest gerne Bücher. Kannst du mir einen netten Geburtstagsgruß schreiben, den ich in eine Karte schreiben kann? Er sollte nicht zu lang sein, vielleicht vier oder fünf Sätze.

Ausgabe

Gerne

Hier ein warmer, altersgerechter Geburtstagsgruß:

Liebe Marie,

zu deinem 12. Geburtstag wünsche ich dir von Herzen alles Liebe und Gute.

Mögen dich viele schöne Bücher in spannende Welten entführen und deine Liebe zu Pferden dich immer wieder glücklich machen.

Bleib so neugierig, fröhlich und wunderbar, wie du bist.

Ich freue mich darauf, noch viele tolle Momente mit dir zu erleben!

Wenn du magst, kann ich den Gruß auch **etwas frecher, poetischer** oder **noch kindlicher** formulieren.

Prompt (gesprochen)

Ich habe eine Zimmerpflanze mit großen grünen Blättern, die so ein bisschen wie ein Herz geformt sind. In letzter Zeit werden die Blätter gelb. Was könnte das sein und was kann ich dagegen tun?

Ausgabe

Das klingt ein bisschen danach, als ob deine Zimmerpflanze vielleicht ein Problem mit der Nährstoffversorgung oder mit dem Gießen hat. Gelbe Blätter können nämlich darauf hindeuten, dass entweder zu viel oder zu wenig

gegossen wurde. Oder es könnte sein, dass sie ein bisschen Dünger braucht. Also am besten mal überprüfen, ob die Erde eher feucht oder zu trocken ist und vielleicht ein bisschen nachdüngen, wenn es schon länger nicht passiert ist.

Prompt

Was ist auf dem Bild zu sehen?

Prompt

Das ist der Beipackzettel meines Medikaments. Kannst du mir in einfachen Worten erklären, welche Nebenwirkungen auftreten können und worauf ich achten sollte?

5 Wenn Ihnen die Worte fehlen – so hilft die KI beim Schreiben

Prompt

Schreibe eine höfliche E-Mail an eine Arztpraxis. Ich muss meinen Termin am kommenden Donnerstag um 10 Uhr absagen, weil ich an diesem Tag meine Enkelin vom Bahnhof abholen muss. Ich möchte gerne einen neuen Termin in der darauffolgenden Woche.

Ausgabe

Gerne

Hier ist eine höfliche, sachliche E-Mail, die gut zu einer Arztpraxis passt:

Sehr geehrte Damen und Herren,

leider muss ich meinen Termin am kommenden Donnerstag um 10:00 Uhr absagen, da ich an diesem Tag kurzfristig meine Enkelin vom Bahnhof abholen muss.

Gerne würde ich einen neuen Termin in der darauffolgenden Woche vereinbaren. Über eine kurze Rückmeldung mit möglichen Terminvorschlägen würde ich mich sehr freuen.

Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Mit freundlichen Grüßen

Rainer Hattenhauer Wenn du möchtest, kann ich den Text auch **noch etwas kürzer**, **formeller** oder **lockerer** formulieren.

Prompt

Verfasse eine freundliche E-Mail an ein Reisebüro. Ich interessiere mich für eine Donau-Kreuzfahrt im September und hätte gerne Informationen zu

barrierefreien Kabinen. Außerdem möchte ich wissen, ob Einzelkabinenzuschläge anfallen.

Antwort

Gerne Hier ist eine freundliche und sachliche E-Mail, die Sie direkt verwenden oder anpassen können:

Sehr geehrte Damen und Herren,

ich interessiere mich für eine Donau-Kreuzfahrt im kommenden September und möchte mich vorab gerne näher informieren.

Könnten Sie mir bitte mitteilen, ob auf Ihren Schiffen barrierefreie Kabinen verfügbar sind und wie diese ausgestattet sind? Außerdem wüsste ich gerne, ob für Einzelreisende ein Einzelkabinenzuschlag anfällt und wie hoch dieser gegebenenfalls ist.

Für weitere Informationen oder passende Angebote bedanke ich mich im Voraus und freue mich auf Ihre Rückmeldung.

Mit freundlichen Grüßen

Rainer Hattenhauer

Wenn Sie möchten, kann ich die Mail auch etwas kürzer, formeller oder lockerer formulieren – oder gezielt auf ein bestimmtes Reisebüro zuschneiden.

Prompt

Hier ist meine E-Mail an den Kundenservice. Kannst du sie freundlicher formulieren, ohne dass der Inhalt verloren geht?

###

Hallo Firma XYZ,

Ihr Produkt „Anti-Aging-Faltencreme“ ist ja wohl das Allerletzte. Seit der Anwendung dieses Schrotts leide ich unter allergischen Reaktionen im Gesichtsbereich und sehe aus wie ein Clown. Ich werde Sie vor Gericht zerren!

Mit unfreundlichen Grüßen
Rainer Hattenhauer

Antwort

Gerne

Ich habe den Ton deutlich freundlicher und sachlicher gestaltet, den Inhalt (Beschwerde + gesundheitliche Reaktion + rechtliche Schritte) aber vollständig erhalten.

Sehr geehrtes Team der Firma XYZ,

leider habe ich mit Ihrem Produkt „Anti-Aging-Faltencreme“ sehr negative Erfahrungen gemacht. Nach der Anwendung kam es bei mir zu allergischen Reaktionen im Gesichtsbereich, die für mich sehr belastend sind.

Ich bitte Sie daher um eine Stellungnahme zu diesem Vorfall sowie um Informationen zu möglichen nächsten Schritten. Sollte sich keine zufriedenstellende Klärung ergeben, behalte ich mir vor, rechtliche Schritte zu prüfen.

Ich hoffe auf eine zeitnahe und konstruktive Rückmeldung.

Mit freundlichen Grüßen

Rainer Hattenhauer Wenn du möchtest, kann ich die Mail auch noch sachlicher, deutlich bestimmter oder juristisch vorsichtiger formulieren (z. B. für eine erste Abmahnung).

Prompt

Schreibe einen formellen Widerspruch an das Sozialamt. Ich habe einen Bescheid über die Ablehnung meines Antrags auf Wohngeld erhalten. Die Ablehnung wurde mit zu hohem Einkommen begründet, aber dabei wurde die Pflegeversicherung meiner Frau nicht berücksichtigt. Der Bescheid ist vom 5. Januar 2026, das Aktenzeichen ist 2026-WG-4711.

Ausgabe

Gerne. Hier ist ein formeller Widerspruch, den Sie direkt verwenden oder anpassen können. Ich habe ihn bewusst sachlich und rechtssicher formuliert.

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit lege ich fristgerecht Widerspruch gegen Ihren Bescheid vom 5. Januar 2026 (Aktenzeichen 2026-WG-4711) ein, mit dem mein Antrag auf Wohngeld wegen angeblich zu hohen Einkommens abgelehnt wurde.

Bei der Berechnung des maßgeblichen Einkommens wurde die von mir zu tragende Pflegeversicherungs-prämie meiner Ehefrau nicht berücksichtigt. Diese stellt jedoch eine gesetzlich verpflichtende und einkommensmindernde Belastung dar und ist bei der Einkommensberechnung entsprechend zu berücksichtigen.

Ich bitte daher um erneute Prüfung meines Antrags unter Einbeziehung der Pflegeversicherungsbeiträge sowie um Zusendung eines korrigierten Bescheids. Gern reiche ich auf Wunsch entsprechende Nachweise nach.

Mit freundlichen Grüßen

Rainer Hattenhauer

Wenn Sie möchten, kann ich den Text auch als klassisches Brieflayout (DIN 5008) formulieren oder ihn noch etwas juristisch schärfer (z. B. mit Paragraphenverweis) ausarbeiten.

Prompt

Verfasse einen Brief an meine Hausratversicherung. Am vergangenen Montag ist in meiner Küche ein Wasserrohr unter der Spüle geplatzt. Dabei wurden der Küchenschrank, ein Teppich und einige Elektrogeräte beschädigt. Meine Versicherungsnummer ist HV-123456. Ich bitte um Mitteilung, welche Unterlagen für die Schadensregulierung benötigt werden.

Ausgabe

Gerne

Hier ist ein ****sachlicher und formeller Brief****, den Sie direkt verwenden können. Ich habe ihn bewusst neutral gehalten, damit er für jede Hausratversicherung passt.

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit melde ich einen Wasserschaden in meiner Wohnung. Am vergangenen Montag ist in meiner Küche ein Wasserrohr unter der Spüle geplatzt. Infolge des Wasseraustritts wurden der Küchenschrank, ein Teppich sowie mehrere Elektrogeräte beschädigt.

Meine Versicherungsnummer lautet: ****HV-123456****.

Ich bitte Sie um Mitteilung, welche Unterlagen und Nachweise (z. B. Fotos, Kostenvoranschläge, Rechnungen) für die Bearbeitung und Regulierung des Schadens erforderlich sind.

Für eine zeitnahe Rückmeldung danke ich Ihnen im Voraus.

Mit freundlichen Grüßen

Rainer Hattenhauer

Wenn Sie möchten, kann ich den Brief auch

- * **juristisch etwas schärfer**,
 - * **als klassisches Word-Dokument (DIN 5008)** oder
 - * **mit konkreter Schadenaufstellung (Tabelle)**
- für Sie anpassen.

Prompt

Schreibe ein Kündigungsschreiben für mein Abo der Zeitschrift „Garten & Wohnen“. Meine Kundennummer ist 78954321. Ich möchte zum nächstmöglichen Zeitpunkt kündigen und bitte um eine schriftliche Bestätigung.

Ausgabe

Gerne Hier ist ein **sachliches und formelles Kündigungsschreiben**, das Sie per Post oder E-Mail verwenden können:

Kündigung meines Abonnements „Garten & Wohnen“

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit kündige ich mein Abonnement der Zeitschrift **„Garten & Wohnen“** unter der Kundennummer **78954321** fristgerecht **zum nächstmöglichen Zeitpunkt**.

Bitte bestätigen Sie mir die Kündigung sowie das Beendigungsdatum des Abonnements **schriftlich**.

Vielen Dank im Voraus.

Mit freundlichen Grüßen

****Rainer Hattenhauer****

Wenn Sie möchten, passe ich den Text auch auf ****E-Mail-Form****, ergänze ein ****Datum/Adresse**** oder formuliere ihn ****noch kürzer****.

Prompt

Erstelle eine Kündigung für meinen Handyvertrag bei der Telekom. Meine Rufnummer ist 0170-1234567, die Kundennummer lautet 332211. Der Vertrag hat eine Kündigungsfrist von drei Monaten zum Vertragsende. Ich möchte fristgerecht zum Ende der Laufzeit kündigen. Bitte füge auch die Bitte um Rufnummernmitnahme ein.

Ausgabe

Gerne

Hier ist eine ****formelle Kündigung**** für deinen Handyvertrag bei der Telekom, inklusive ****Bitte um Rufnummernmitnahme****. Du kannst den Text sowohl als ****Brief**** als auch als ****E-Mail**** verwenden.

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit kündige ich meinen Mobilfunkvertrag mit der Rufnummer ****0170-1234567****, Kundennummer ****332211****, fristgerecht zum Ende der vertraglich vereinbarten Laufzeit unter Einhaltung der Kündigungsfrist von drei Monaten.

Bitte bestätigen Sie mir die Kündigung schriftlich unter Angabe des Vertragsenddatums.

Zudem bitte ich um die Freigabe meiner Rufnummer zur Mitnahme (Portierung) zu einem anderen Anbieter gemäß den gesetzlichen Bestimmungen.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung.

Mit freundlichen Grüßen

Rainer Hattenhauer

****Hinweis:****

Wenn du möchtest, kann ich dir den Text auch

* als ****Word-Dokument (DIN-5008)****

* oder mit ****heutigem Datum und Platzhalter für Adresse****
aufbereiten.

Prompt

Welche Kündigungsfrist gilt üblicherweise bei Handyverträgen in Deutschland?

Ausgabe

Gerne

Hier ist eine ****formelle Kündigung**** für deinen Handyvertrag bei der Telekom, inklusive ****Bitte um Rufnummernmitnahme****. Du kannst den Text sowohl als ****Brief**** als auch als ****E-Mail**** verwenden.

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit kündige ich meinen Mobilfunkvertrag mit der Rufnummer ****0170-1234567****, Kundennummer ****332211****, fristgerecht zum Ende der vertraglich vereinbarten Laufzeit unter Einhaltung der Kündigungsfrist von drei Monaten.

Bitte bestätigen Sie mir die Kündigung schriftlich unter Angabe des Vertragsenddatums.

Zudem bitte ich um die Freigabe meiner Rufnummer zur Mitnahme (Portierung) zu einem anderen Anbieter gemäß den gesetzlichen Bestimmungen.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung.

Mit freundlichen Grüßen

Rainer Hattenhauer

****Hinweis:****

Wenn du möchtest, kann ich dir den Text auch

* als ****Word-Dokument (DIN-5008)****

* oder mit ****heutigem Datum und Platzhalter für Adresse****
aufbereiten.

Prompt

Ich bin sehr verärgert und möchte mich beschweren. Hilf mir, das sachlich und höflich zu formulieren, ohne dass mein Ärger dabei verloren geht.

Prompt

Schreibe eine Reklamation an einen Elektronikhändler. Ich habe dort am 10. Dezember einen Staubsauger der Marke CleanMaster gekauft, Modell X500. Nach drei Wochen funktioniert der Motor nicht mehr. Ich habe die Rechnung noch und möchte einen Austausch oder eine Reparatur.

Ausgabe

Gerne. Hier ist eine sachliche, höfliche Reklamation, in der Ihr Ärger über den Defekt klar mitschwingt, ohne unangemessen zu wirken:

Sehr geehrte Damen und Herren,

am 10. Dezember habe ich bei Ihnen einen Staubsauger der Marke CleanMaster, Modell X500, gekauft. Leider musste ich feststellen, dass das Gerät bereits nach etwa drei Wochen nicht mehr funktionsfähig ist, da der Motor den Betrieb vollständig eingestellt hat.

Ein Defekt nach so kurzer Nutzungsdauer ist für mich nicht nachvollziehbar und äußerst ärgerlich. Selbstverständlich habe ich die Rechnung noch vorliegen.

Ich bitte Sie daher um eine zeitnahe Klärung und ersuche um eine Reparatur oder einen Austausch des Geräts im Rahmen der gesetzlichen Gewährleistung. Bitte teilen Sie mir mit, wie das weitere Vorgehen aussieht.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung. Ich gehe davon aus, dass sich hierfür eine unkomplizierte Lösung finden lässt.

Mit freundlichen Grüßen

Rainer Hattenhauer

Wenn Sie möchten, kann ich den Text

- rechtlich etwas schärfer formulieren (z. B. mit Hinweis auf Gewährleistung nach § 437 BGB) oder
- ihn kürzer für ein Online-Kontaktformular anpassen.

Prompt

Schreibe einen herzlichen Glückwunsch zum 60. Geburtstag meiner Schwägerin Petra. Sie ist eine leidenschaftliche Skiläuferin, liebt Südtirol, hat zwei Enkel und ist bekannt für ihren Humor. Der Text soll warmherzig sein, aber nicht kitschig.

Ausgabe

Liebe Petra,

zu deinem 60. Geburtstag wünschen wir dir von Herzen alles Gute, Gesundheit und ganz viel Lebensfreude. Mögen dir noch viele sonnige Skitage, traumhafte Momente in Südtirol und unvergessliche Erlebnisse mit deinen beiden Enkeln geschenkt sein. Deinen Humor, mit dem du andere zum Lachen bringst und selbst das Leben nimmst, wie es kommt, schätzen wir sehr – bitte behalte dir genau das. Schön, dass es dich gibt!

Alles Liebe und die besten Wünsche zu deinem Ehrentag

Prompt

Verfasse eine fröhliche Einladung zu meinem Gartenfest am 15. Juli ab 14 Uhr. Es gibt Kaffee und Kuchen, später wird gegrillt. Die Gäste sollen gute Laune mitbringen, für Getränke ist gesorgt. Der Ton soll locker und einladend sein.

Prompt

Schreibe die Einladung noch einmal, aber diesmal etwas förmlicher. Es ist mein 70. Geburtstag, und ich lade auch Nachbarn und ehemalige Kollegen ein.

Prompt

Schreibe eine kurze, freundliche WhatsApp-Nachricht an meine Tochter. Ich muss den Sonntagskaffee leider absagen, weil ich mich erkältet habe und sie nicht anstecken möchte. Ich soll mich melden, wenn es mir besser geht.

Prompt

Verfasse eine herzliche WhatsApp-Nachricht an meine Freundin Helga. Ich möchte mich für den schönen Abend gestern bedanken. Das Essen war wunderbar, und ich habe mich sehr über das Wiedersehen gefreut. Kurz und persönlich bitte.

Prompt

Ich habe diese WhatsApp geschrieben, aber sie klingt irgendwie steif. Mach sie bitte lockerer und herzlicher: „Hallo Lisa, ich wollte dir mitteilen, dass mir der gestrige Abend sehr gut gefallen hat. Vielen Dank für die Einladung.“

Prompt

Schreibe eine herzliche Rede zur silbernen Hochzeit meiner Freunde Ingrid und Werner. Die Rede soll etwa drei Minuten dauern. Ich kenne die beiden seit 20 Jahren, wir haben uns im Kegelvein kennengelernt. Werner ist für seinen trockenen Humor bekannt, Ingrid für ihre Gastfreundschaft. Die Rede soll warmherzig sein, ein wenig lustig, aber nicht albern. Am Ende möchte ich auf das Paar anstoßen.

Ausgabe

Liebe Ingrid, lieber Werner,
liebe Familie, liebe Freundinnen und Freunde,
25 Jahre verheiratet – das ist nicht nur eine Zahl, das ist ein ganzes Kapitel Leben. Und ich darf heute hier stehen und auf diese beiden Menschen schauen, die ich nun auch schon seit über 20 Jahren begleiten darf. Kennengelernt haben wir uns damals im Kegelvein – ein Ort, an dem Kugeln gelegentlich ihren eigenen Willen haben, der Humor aber immer geradeaus geht. Und eigentlich passt das sehr gut zu euch beiden.
Werner, dein trockener Humor ist legendär. Du bist jemand, der mit einem einzigen Satz mehr sagen kann als andere mit einer ganzen Rede – manchmal merkt man es erst ein paar Sekunden später, aber dann sitzt er, der Treffer. Ingrid hingegen sorgt dafür, dass niemand hungrig, durstig oder ohne ein gutes

Gefühl nach Hause geht. Deine Gastfreundschaft ist nicht laut, nicht aufdringlich – aber sie ist immer da. Und genau darin liegt ihre Wärme.

Zusammen seid ihr ein wunderbares Team. Ihr ergänzt euch, ohne euch zu verbiegen. Ihr lasst euch Raum und haltet euch doch fest. 25 Jahre Ehe bedeuten ja nicht nur Feste und schöne Urlaube. Sie bedeuten auch Alltage, Diskussionen, Kompromisse – und die Kunst, auch nach einem anstrengenden Tag noch miteinander zu lachen. Und wenn man euch heute ansieht, dann merkt man: Ihr habt genau das geschafft.

Was ich an euch besonders schätze, ist diese Selbstverständlichkeit eurer Beziehung. Kein großes Tamtam, kein Drama – sondern Vertrauen, Verlässlichkeit und dieses stille Wissen: Wir gehören zusammen. Vielleicht ist das ja eines der Geheimnisse einer langen Ehe.

Und wenn ich euch so anschau, dann habe ich das Gefühl: Diese 25 Jahre sind kein Rückblick, sondern eher ein solides Fundament. Ein Fundament für weitere gemeinsame Geschichten, für Lachen, für Gespräche am Küchentisch, für Freunde, die gerne zu euch kommen – und gerne bleiben.

Liebe Ingrid, lieber Werner, ich bin dankbar, euch zu kennen, und stolz, heute hier zu stehen und ein paar Worte sagen zu dürfen. Ihr seid ein Paar, das zeigt, dass Liebe nicht laut sein muss, um stark zu sein.

Und jetzt bitte ich euch alle, die Gläser zu erheben:

Auf 25 gemeinsame Jahre, auf viele weitere gesunde, heitere und erfüllte Jahre

–

auf Ingrid und Werner!

Herzlichen Glückwunsch zur silbernen Hochzeit!

6 Mit der KI durchs Leben – Praktische Hilfe für den Alltag

Prompt

Du bist meine persönlicher Reiseberaterin. Ich plane eine viertägige Städtereise nach Prag im Mai. Wir sind zwei Personen, beide Mitte 70, und nicht mehr so gut zu Fuß. Lange Fußmärsche über Kopfsteinpflaster sind schwierig. Wir interessieren uns für Geschichte, klassische Musik und gutes Essen. Bitte erstelle einen Tagesplan, der auch Pausen berücksichtigt. Budget für Eintritte und Essen: etwa 100 Euro pro Tag für uns beide.

Ausgabe

Hier ist ein 4-Tage-Plan für Prag im Mai, bewusst kurzstreckig, mit Pausen, wenig Kopfsteinpflaster und viel Geschichte, klassische Musik, gutes Essen (Budget: ca. 100 € / Tag für 2 Personen).

Vorab: So bleibt es bequem

- ÖPNV statt Laufen: Tram & Metro sind in Prag sehr praktisch. Ab 65 fährt man in Prag gratis (Metro/Tram/Bus) – Ausweis/Pass reicht als Altersnachweis.
- Taxis/Bolt/Uber für die “letzten 600 Meter” über Kopfsteinpflaster: oft die beste Investition für die Kräfte.
- Goldene Regel: Pro Halbtage max. 1 Hauptattraktion + 1 Café-Pause.

—

Tag 1 – Ankommen & “Prag leicht”: Nationalmuseum + Abendmusik

Vormittag (gemütlich):

- Anreise/Check-in, dann kurzer erster Spaziergang in der Neustadt (breite Gehwege).
- Wenzelsplatz (mehr Flanieren als Marschieren).

Mittag (1–1,5 h Pause):

- Ruhig essen in einem Café/Restaurant rund um Wenzelsplatz (innen sitzen, lange Pause).

Nachmittag (1 Hauptpunkt):

- Nationalmuseum (viel Geschichte, indoor, Sitzgelegenheiten je nach Ausstellung; gute Option bei wechselhaftem Maiwetter).

Abend (klassische Musik):

- Konzert im Rudolfinum (Tschechische Philharmonie) oder ein Konzert im Municipal House / Obecní dům (Smetana-Saal) – beides hervorragend und oft auch für “klassisch-interessiert, aber nicht Hardcore” passend. Ticketinfos Rudolfinum:

Budget-Gefühl: Museum + gutes Abendessen + (je nach Konzertkarten) meist gut in ~100 €/Tag machbar, wenn die Konzertkarten nicht gerade Premium-Kategorie sind.

—

Tag 2 – Prager Burg ohne Strapaze: Tram hoch, oben genießen, früh wieder runter

Vormittag (früh starten = weniger Gedränge):

- Tram bis “Pražský hrad” (oder Taxi bis nah ran), damit Sie den steilen Anstieg vermeiden.
- Prager Burg-Areal: Fokus auf St.-Veits-Dom + 1–2 Highlights, statt alles “durchzuziehen”. Öffnungszeiten variieren nach Saison; im Sommerhalbjahr sind viele Bereiche länger offen.

Mittagspause (wichtig):

- Lunch in Hradčany (oben, bevor es wieder runtergeht). Danach 30–60 Min. Sitzen.

Nachmittag (kurz & schön, ohne Pflaster-Orgie):

- Mit Tram/Taxis runter Richtung Kleinseite – aber nur ein kurzer Fotostopp (z. B. an der Moldau-Promenade), dann zurück ins Hotel zum Ausruhen.

Abend (Essen):

- “Gutes Essen”-Abend: lieber ein Restaurant in Hotelnähe (weniger Rückweg über Pflaster).

Budget-Tipp: Burg-Tickets können sich summieren – wählen Sie lieber weniger Stationen, dafür entspannt.

—

Tag 3 – Jüdisches Prag + Moldau-Bootsfahrt (sitzend sehen!)

Vormittag (Geschichte, aber dosiert):

- Josefov / Jüdisches Viertel: Wählen Sie 2 Stationen, z. B. Spanische Synagoge und Alter Jüdischer Friedhof (sehr eindrucksvoll).
- Richtpreis Gesamtticket “Prague Jewish Town” (mehrere Orte) liegt bei 600 CZK/Erwachsene.

(Wenn Sie nur kurz gehen möchten: lieber nicht alles, sondern gezielt.)

Mittag (lange Pause):

- Café-Pause (1 h) – Beine hoch, trinken, Kräfte sparen.

Nachmittag (Prag anschauen – ohne Laufen):

- 50-Minuten-Sightseeing-Boot auf der Moldau: Sie sehen Burg & Karlsbrücke bequem vom Wasser.

Abend (optional Musik leicht gemacht):

- Wenn kein großes Konzert: eine kürzere Kammermusik-Veranstaltung oder einfach ein guter Dinner-Abend.

—

Tag 4 – Vyšehrad (ruhiger als Burg) + Abschiedsessen

Vormittag (entspannt, grün, historisch):

- Metro bis Vyšehrad (kurzer Weg, dann langsam im Areal).
- Basilika St. Peter & Paul: schöne Innenräume, überschaubar; Eintritt wird u. a. mit 130 CZK angegeben (Basis).
- Wichtig: Vyšehrad ist weitläufig – suchen Sie sich eine “schöne Runde”, nicht “alles”.

Mittag (Pause):

- Lunch + Ruhezeit.

Nachmittag (leicht & flexibel):

- Je nach Energie:
- Café-Hopping (Kaffee & Kuchen) oder
- kurzer Souvenir-Bummel in der Neustadt (breitere Wege).

Abend (Abschiedsessen):

- Ein “best of Czech”-Abendessen: Suppe + Hauptgericht + Dessert (kein Stress, lieber Qualität).

—

Mini-Kostenplanung pro Tag (Daumenregel für 2 Personen)

- Essen & Getränke: 60–80 € (mittags + abends, inkl. Kaffee/Kuchen)
- Eintritte: 20–40 € (wenn Sie pro Tag nur eine größere Attraktion wählen)

- Fahrtkosten: meist sehr wenig (ab 65 innerhalb Prags oft gratis)

Wenn du mir noch sagst, in welcher Gegend euer Hotel liegt (z. B. "Altstadt", "Neustadt/Wenzelsplatz", "Smíchov", "Karlín"), passe ich dir den Plan so an, dass die Wege noch kürzer werden und die Tram-/Metro-Stops perfekt passen.

Prompt

Erstelle mir eine Packliste für eine einwöchige Flusskreuzfahrt auf der Donau im September. Ich bin eine Frau, 68 Jahre alt. Abends gibt es auf dem Schiff manchmal ein festliches Dinner mit Dresscode. Ich nehme täglich Blutdrucktabletten.

Ausgabe

Gerne

Hier ist eine übersichtliche und seniorengerechte Packliste für eine einwöchige Donau-Flusskreuzfahrt im September, abgestimmt auf angenehme Herbsttemperaturen, Landausflüge und festliche Abende.

—

Kleidung – tagsüber & Ausflüge

- 4–5 bequeme Oberteile (lang- und kurzärmelig)
- 2–3 leichte Pullover oder Strickjacken
- 2 bequeme Hosen (eine davon etwas wärmer)
- 1 Rock oder luftige Stoffhose (optional)
- Leichte Übergangsjacke oder Windjacke
- Bequeme, eingelaufene Schuhe für Ausflüge
- Ersatzschuhe (z. B. Sneaker oder Halbschuhe)
- Schlafanzug / Nachthemd
- Unterwäsche & Socken (für ca. 8 Tage)

—

Kleidung – abends & festliches Dinner

- 1–2 festliche Outfits (z. B. Kleid oder elegante Hose mit Bluse)
- Passende Schuhe (bequem, ggf. mit niedrigem Absatz)
- Leichte Stola, Schal oder Blazer
- Dezentere Schmuck

Wetter & Komfort

- Leichter Schal (gegen Wind oder Klimaanlage)
- Sonnenbrille
- Kleiner Regenschirm oder Regenjacke
- Bequeme Hausschuhe fürs Schiff

Kosmetik & Pflege

- Kulturbeutel mit gewohnten Pflegeprodukten
- Tages- und Nachtcreme
- Sonnenschutz (auch im September sinnvoll)
- Lippenpflege
- Haarbürste / Kamm / Haargummi
- Reisegröße Parfum

Gesundheit & Medikamente

- Blutdrucktabletten für mindestens 10 Tage
- Medikamente im Handgepäck
- Medikamentenplan (ausgedruckt)

- Blutdruckpass (falls vorhanden)
- Reiseapotheke:
- Schmerzmittel
- Pflaster / Blasenpflaster
- Mittel gegen Magen-/Darmbeschwerden
- Persönliche Bedarfsmittel

Dokumente & Wichtiges

- Personalausweis oder Reisepass
- Krankenversicherungskarte
- Reiseunterlagen / Bordkarte
- EC-/Kreditkarte
- Etwas Bargeld (für Ausflüge & Trinkgeld)
- Brillenpass / Ersatzbrille (falls nötig)

Praktisches für unterwegs

- Kleine Umhängetasche oder Tagesrucksack
- Trinkflasche
- Lesebrille
- Buch, E-Reader oder Kreuzfahrtprogramm
- Smartphone + Ladegerät
- Eventuell Fernglas (für Landschaft & Städte)

Optional, aber bewährt

- Steckdosenverteiler (falls erlaubt)
- Kleine Reise-Nähset

- Notizbuch & Stift
- Ohrstöpsel (für ruhigen Schlaf)

—

Wenn Sie möchten, kann ich Ihnen daraus eine kompakte 1-Seiten-Checkliste zum Ausdrucken, oder eine Version speziell für Handgepäck vs. Koffer erstellen.

Prompt

Ich bin nächste Woche in Wien. Die üblichen Sehenswürdigkeiten wie Stephansdom und Schönbrunn kenne ich schon. Welche weniger bekannten Orte würdest du mir empfehlen? Ich interessiere mich für Geschichte und verweile gerne in schönen Cafés.

Ausgabe

Super — da du Stephansdom & Schönbrunn bereits kennst, hier echte Wiener Tipps abseits der klassischen Touristenpfade mit Fokus auf Geschichte und schöne Cafés . [OBJ]

—

Weniger bekannte historische Orte & besondere Erlebnisse

Kleine Geschichte ganz groß

- Time Travel Vienna – Ein spielerisches historisches Erlebnis, das Wien-Geschichte multimedial aufbereitet – ideal für einen Einstieg in die Stadtgeschichte abseits klassischer Museen.
- Stock-im-Eisen – Ein mittelalterlicher Ringnagel in einem Baumstamm im Herzen der Altstadt – ein Überbleibsel alter Gilden- und Handwerkstradition.

- Rare secular gothic facade – Ein oft übersehener gotischer Fassadenrest in der Innenstadt – perfekt für alle, die Architektur abseits der großen Baudenkmäler lieben.

- **Hermesvilla im Lainzer Tiergarten – ein verstecktes Habsburger-Schloss im Grünen (Eintritt und Öffnungszeiten variieren, gut per Öffis erreichbar). [ÖB]

Spaziergänge mit Perspektive

- Kahlenberg & Wiener Weinberge – herrliche Aussicht über Wien und Themen zur Geschichte zur Stadtentwicklung. [ÖB]

- Franziskanerplatz / Servitenviertel – alte Stadtviertel mit Geschichte, kleinen Gassen und lokalem Flair. [ÖB]

- Donaukanal & angrenzende Viertel – lebendige Mischung aus Geschichte, Street Art und urbanem Leben. [ÖB]

—

Cafés & Kaffeehaus-Perlen abseits der Touristenströme

Wien hat über 2,400 Cafés – vom historischen Kaffeehaus bis zur modernen Specialty-Coffee-Bar. [ÖB] Hier sind besonders schöne und weniger touristische Orte:

Klassisch & atmosphärisch

- Kaffee Alt Wien – Wiener Klassiker mit uriger, entspannter Atmosphäre.

- phil - Café, bookshop & bar – Café & Buchshop in einem: perfekt zum Lesen und Verweilen.

- Café Goldegg – Charmantes Café im 4. Bezirk mit lokalem Flair.

- Fenster Café – Klein, gemütlich und sehr beliebt bei Einheimischen.

- Balthasar Coffee Bar – Spezialitäten-Coffee-Spot mit regionaler Röstkunst.

- Café Délice Vienna – Top-Bewertungen und ein echtes Geheimtipp-Café (klein, fein).

Kaffeehaus-Kultur mit Geschichte

(Diese sind zwar bekannter, aber historisch besonders charmant – wenn du sie noch nicht kennst):

- Café Landtmann – Traditionshaus mit k.u.k.-Atmosphäre.
- Café Schwarzenberg – Elegant und klassisch am Ring.
- Café Savoy – Stilvolles Kaffeehaus im 6. Bezirk.
- Café Ritter – Großzügiges klassisches Kaffeehaus auf der Mariahilfer Straße.

Tipp: Für eine Mischung aus Café-Erlebnis und Wiener Geschichte lohnt sich ein „Coffeehouse Walk“ durch verschiedene Bezirke, bei dem du lokale Spezialitäten, kleine Plätze und historische Hinterhöfe entdeckst. ^[OBJ]

—

Geheimtipps & stille Oasen

- Spittelberg-Gärten und Koloniegärten – versteckte grüne Innenhöfe im historischen Viertel; perfekt für einen Kaffee-Stopp unterwegs. ^[OBJ]

- Stille Plätze im 9. Bezirk – zum Beispiel rund um das Gartenpalais Liechtenstein. ^[OBJ]

- Lokale Märkte (z. B. kleinere Wochenmärkte) bieten regionale Schmankerl und lassen sich gut mit einem Café-Stop kombinieren. ^[OBJ]

—

Insider-Tipp

Da einige kleine Museen & historische Orte derzeit eingeschränkte Öffnungszeiten haben, lohnt es sich, vorab Öffnungszeiten online zu checken – besonders kleinere Spezialmuseen und Wohnhäuser. [08]

—

Möchtest du eine 1-tägige, alternative Wien-Route zusammenstellen (mit Stopps & Zeitplan), die Geschichte, Spaziergänge und Cafés kombiniert? (Dann mache ich dir gern einen konkreten Plan)

Prompt

Ich nutze einen Rollator. Welche der genannten Orte sind barrierefrei zugänglich?

Prompt (in Perplexity)

Was kostet der Eintritt ins Kunsthistorische Museum Wien aktuell, und gibt es Ermäßigungen für Senioren?

Prompt

Ich möchte heute Abend etwas Leichtes kochen, das nicht länger als 30 Minuten dauert. Ich habe Hähnchenbrustfilet im Kühlschrank. Mein Mann mag keinen Knoblauch.

Ausgabe

Wie wäre es mit einem mediterranen Hähnchen mit Zitrone und Kräutern?

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Hähnchenbrustfilets
- 1 Zitrone (Saft und Abrieb)

- 2 EL Olivenöl
- Frische oder getrocknete Kräuter (Rosmarin, Thymian)
- Salz, Pfeffer
- Optional: Cherrytomaten, Oliven

Zubereitung:

Die Hähnchenbrustfilets flach klopfen, damit sie gleichmäßig garen. Mit Zitronensaft, Olivenöl, Kräutern, Salz und Pfeffer marinieren. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze von jeder Seite etwa 6–7 Minuten braten. Mit Zitronenscheiben garnieren. Dazu passt ein frischer Salat oder Reis.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Prompt

Ich möchte diese Woche folgende Gerichte kochen: Montag Spaghetti Bolognese, Mittwoch überbackener Blumenkohl, Freitag Fischfilet mit Kartoffeln. Erstelle mir bitte eine Einkaufsliste, sortiert nach Abteilungen im Supermarkt.

Ausgabe

Gerne

Hier ist eine übersichtliche Einkaufsliste, nach typischen Supermarkt-Abteilungen sortiert, passend zu deinen drei Gerichten:

—

Obst & Gemüse

- Zwiebeln
- Knoblauch
- Karotten
- Sellerie (Stange oder Knolle, je nach Bolognese-Vorliebe)
- Blumenkohl (1 großer)
- Kartoffeln
- Zitrone (für das Fischfilet)

- Petersilie oder Dill (frisch, für den Fisch)

Fleisch & Fisch

- Rinderhackfleisch (ca. 400–500 g)
- Fischfilets (z. B. Kabeljau, Seelachs oder Lachs)

Milchprodukte & Kühlregal

- Butter
- Milch
- Sahne oder Crème fraîche (für den Blumenkohl)
- Geriebener Käse (z. B. Gouda oder Emmentaler, zum Überbacken)
- Parmesan (für die Spaghetti)

Nudeln, Reis & Kartoffelprodukte

- Spaghetti

Konserven & Gläser

- Passierte Tomaten oder stückige Tomaten (Dose oder Glas)
- Tomatenmark

Gewürze & Grundzutaten

- Salz
- Pfeffer
- Oregano
- Basilikum
- Muskatnuss (für den Blumenkohl)
- Paprikapulver
- Olivenöl
- Pflanzenöl (z. B. zum Braten)

—
Wenn du möchtest, kann ich dir die Liste auch:

- für eine bestimmte Personenzahl anpassen,
- druckfertig (z. B. als PDF) aufbereiten
- oder in eine Checkbox-Liste fürs Smartphone umwandeln

Prompt

Ich habe noch folgende Zutaten im Kühlschrank: 3 Eier, etwas Käse, eine halbe Paprika, eine Zwiebel und ein paar Scheiben Schinken. Was kann ich daraus kochen?

Ausgabe

Mit diesen Zutaten können Sie mehrere leckere Gerichte zubereiten:

1. Bauernomelett: Zwiebel und Paprika anbraten, Schinken dazu, mit verquirlten Eiern übergießen, Käse darüber streuen und stocken lassen. Fertig in 15 Minuten.
2. Gefüllte Paprikahälfte: Die halbe Paprika mit einer Mischung aus Ei, Schinken und Käse füllen und im Ofen überbacken.
3. Schnelle Eiermuffins: Eier verquirlen, mit klein geschnittenem Gemüse und Schinken mischen, in Muffinförmchen füllen und backen. Praktisch auch zum Mitnehmen.

Mein Favorit wäre das Bauernomelett, weil es schnell geht und alle Zutaten optimal verwertet werden.

Prompt

Ich habe noch eine überreife Banane und zwei Äpfel, die langsam schrumpelig werden. Was kann ich damit machen, damit ich sie nicht wegwerfen muss?

Prompt

Ich muss auf meinen Cholesterinspiegel achten und soll weniger tierische Fette essen. Kannst du mir ein Rezept für einen sättigenden Eintopf vorschlagen?

Ausgabe

Hier ist ein herzhafter Gemüse-Hülsenfrüchte-Eintopf, der sättigt, aber cholesterinfreundlich ist:

Zutaten:

- 1 Dose Kichererbsen (abgetropft)
- 2 Karotten, gewürfelt
- 2 Kartoffeln, gewürfelt
- 1 Zucchini
- 1 Dose stückige Tomaten
- 1 Liter Gemüsebrühe
- Olivenöl (statt Butter)
- Kreuzkümmel, Paprikapulver, Kurkuma

Die Kichererbsen und das Gemüse liefern pflanzliches Eiweiß und Ballaststoffe. Olivenöl enthält gesunde Fette, die sich positiv auf den Cholesterinspiegel auswirken können ...

Prompt

Ich nehme folgende Medikamente: Ramipril 5 mg morgens gegen Bluthochdruck, Metformin 500 mg zweimal täglich zu den Mahlzeiten gegen Diabetes, Simvastatin 20 mg abends für den Cholesterinspiegel, und einmal pro Woche Vitamin D 20.000 IE. Kannst du mir einen übersichtlichen Medikamentenplan in tabellarischer Form erstellen?

Ausgabe

Natürlich – hier ist ein übersichtlicher Medikamentenplan als Tabelle:

Medikament	Dosierung	Wann?	Wofür?	Hinweise zur Einnahme
Ramipril	5 mg	morgens	Bluthochdruck	Möglichst täglich zur gleichen Uhrzeit, mit Wasser
Metformin	500 mg 2×	täglich zu den Mahlzeiten	(z. B. Frühstück & Abendessen)	Diabetes Mit/zu dem Essen einnehmen (besser verträglich)
Simvastatin	20 mg	abends	Cholesterin	Abends einnehmen (oft sinnvoll, weil Cholesterinbildung nachts höher ist)
Vitamin D	20.000 I.E.	1× pro Woche	Vitamin-D-Mangel/Prophylaxe	Am besten zu einer Mahlzeit (Fett verbessert Aufnahme); fester Wochentag hilft

Wenn du magst, kann ich dir den Plan auch als „Wochen-Übersicht“ (Mo–So mit Kästchen zum Abhaken) formatieren – sag mir nur, an welchem Wochentag du das Vitamin D nimmst.

Prompt

Ich bin 72 Jahre alt und hatte vor zwei Jahren eine Knie-OP. Ich möchte wieder fitter werden, aber ich kann nicht lange stehen und Joggen ist ausgeschlossen. Was könntest du mir für einen sanften Einstieg empfehlen? Ich habe dreimal pro Woche etwa 30 Minuten Zeit.

Ausgabe

Hier ist ein sanfter Trainingsplan für Ihren Wiedereinstieg:

Woche 1–2: Gewöhnung

- Montag: 15 Minuten langsamer Spaziergang auf ebenem Untergrund, danach 10 Minuten Dehnübungen im Sitzen
- Mittwoch: 20 Minuten Stuhlgymnastik (Übungen im Sitzen, die Arme, Schultern und Rumpf stärken)
- Freitag: 15 Minuten Spaziergang, 10 Minuten leichte Armübungen mit einer Wasserflasche als Gewicht

Woche 3–4: Aufbau

- Montag: 20 Minuten Spaziergang mit kleinen Pausen
- Mittwoch: 25 Minuten Stuhlgymnastik, eventuell mit leichten Gewichten
- Freitag: 15 Minuten Spaziergang + 15 Minuten sanfte Kräftigungsübungen

Langfristige Empfehlung:

Wenn Sie sich sicherer fühlen, wäre Wassergymnastik ideal für Sie. Das Wasser entlastet die Gelenke, und Sie können Kraft und Ausdauer gleichzeitig trainieren ...

Prompt

Du bist Herzspezialistin. Ich habe nächste Woche einen Termin beim Kardiologen. Bei mir wurde vor einem Jahr eine leichte Herzschwäche festgestellt. Ich nehme seitdem Medikamente, aber in letzter Zeit bin ich schneller aus der Puste als früher. Welche Fragen sollte ich dem Arzt stellen?

Ausgabe

Hier sind wichtige Fragen für Ihren Kardiologen-Termin:

Zu Ihren aktuellen Beschwerden:

- Ist die zunehmende Kurzatmigkeit ein Zeichen dafür, dass sich meine Herzschwäche verschlechtert hat?
- Welche anderen Symptome sollte ich beobachten und Ihnen mitteilen?
- Sollte ich ein Tagebuch über meine Beschwerden führen?

Zu Ihrer Behandlung:

- Müssen meine Medikamente angepasst werden?
- Gibt es zusätzliche Untersuchungen, die sinnvoll wären?
- Wie oft sollte ich zur Kontrolle kommen?

Zum Alltag:

- Wie viel körperliche Belastung ist für mich in Ordnung?
- Gibt es Warnsignale, bei denen ich sofort einen Arzt aufsuchen sollte?
- Was kann ich selbst tun, um meine Herzgesundheit zu unterstützen?

Drucken Sie diese Liste aus oder nehmen Sie Ihr Smartphone mit zum Termin. So vergessen Sie keine wichtige Frage.

Prompt

Du bist Gastroenterologe. Ich habe seit ein paar Tagen so ein komisches Gefühl im Bauch. Nicht richtig Schmerzen, aber auch nicht nur Unwohlsein. Es ist irgendwie dumpf und kommt und geht. Hilf mir, das besser zu beschreiben, damit ich es meinem Arzt erklären kann.

Ausgabe

Um Ihre Beschwerden dem Arzt präzise zu schildern, wäre es hilfreich, folgende Punkte zu klären:

Wo genau? Zeigen Sie auf die Stelle. Ist es eher oben im Bauch (Magengegend), um den Nabel herum, oder tiefer?

Wie fühlt es sich an? Sie sagten „dumpf“. Ist es eher ein Druckgefühl? Ein Ziehen? Oder fühlt es sich an wie ein leichtes Unwohlsein nach dem Essen?

Wann tritt es auf? Nach dem Essen? Morgens? In Stresssituationen? Oder ohne erkennbaren Zusammenhang?

Eine mögliche Formulierung für Ihren Arzt:

„Ich habe seit etwa [Anzahl] Tagen ein dumpfes Druckgefühl in der [Ort]-Gegend. Es kommt und geht, ohne dass ich einen klaren Auslöser erkennen kann. Auf einer Skala von 1 bis 10 würde ich es bei etwa [Zahl] einordnen.“

Prompt

Ich habe einen Arztbrief bekommen und verstehe einige Begriffe nicht. Kannst du mir folgende Passage erklären? „Der Patient zeigt eine moderate Gonarthrose Grad II im medialen Kompartiment mit beginnender Chondromalazie. Eine konservative Therapie wird empfohlen.“

Ausgabe

Hier die Übersetzung in verständliche Sprache:

- Gonarthrose Grad II: Das ist ein mittlerer Gelenkverschleiß im Knie. Grad II bedeutet, dass der Knorpel bereits deutlich abgenutzt ist, aber noch nicht vollständig zerstört.
- Mediales Kompartiment: Das ist die Innenseite des Kniegelenks. Dort ist der Verschleiß am stärksten.
- Chondromalazie: Der Knorpel wird weich und beginnt sich aufzurauen. Das ist ein frühes Stadium der Knorpelschädigung.
- Konservative Therapie: Behandlung ohne Operation. Das können Physiotherapie, Schmerzmittel, Einlagen oder Gewichtsreduktion sein.

Zusammengefasst: Ihr Knie zeigt einen mittleren Verschleiß an der Innenseite, wie er in Ihrem Alter häufig vorkommt. Ihr Arzt empfiehlt eine Behandlung ohne OP, also zum Beispiel Krankengymnastik und eventuell Schmerzmittel bei Bedarf.

Prompt

Bei meinem letzten Blutbild stand: HbA1c 6,8 %, LDL-Cholesterin 145 mg/dl, Gamma-GT 58 U/l. Was bedeuten diese Werte?

Ausgabe

Hier die Erklärung Ihrer Blutwerte:

HbA1c 6,8 %:

Der HbA1c zeigt Ihren durchschnittlichen Blutzucker der letzten 2–3 Monate. Ein Wert von 6,8 % liegt leicht über dem Normalbereich (unter 5,7 %) und

deutet auf einen gut eingestellten Diabetes oder ein Vorstadium hin. Ihr Arzt wird das im Zusammenhang mit Ihren anderen Werten beurteilen.

LDL-Cholesterin 145 mg/dl:

LDL ist das „schlechte“ Cholesterin. Werte unter 100 mg/dl gelten als optimal, unter 130 als akzeptabel. Mit 145 mg/dl liegt Ihr Wert leicht erhöht. Ob das behandlungsbedürftig ist, hängt von Ihrem gesamten Herz-Kreislauf-Risiko ab.

Gamma-GT 58 U/l:

Dieser Leberwert liegt leicht über dem Normalbereich (für Männer bis etwa 60 U/l, für Frauen niedriger). Eine leichte Erhöhung kann viele Ursachen haben und ist oft harmlos. Bei deutlich erhöhten Werten oder in Kombination mit anderen auffälligen Leberwerten würde Ihr Arzt weitere Untersuchungen veranlassen ...

Prompt

Ich habe einen Brief von meiner Krankenkasse bekommen. Darin steht, dass ein Termin zur Begutachtung durch den MDK vereinbart werden soll, um meinen Pflegegrad festzustellen. Was bedeutet das genau, und wie sollte ich mich darauf vorbereiten?

Ausgabe

Das MDK-Gutachten erklärt:

Der MDK (Medizinischer Dienst der Krankenversicherung) ist der Gutachterdienst der Krankenkassen. Wenn Sie einen Pflegegrad beantragen, kommt ein Gutachter zu Ihnen nach Hause, um Ihren Unterstützungsbedarf im Alltag einzuschätzen.

So läuft die Begutachtung ab:

Der Gutachter beobachtet und befragt Sie zu verschiedenen Lebensbereichen: Mobilität, geistige Fähigkeiten, Selbstversorgung (Waschen, Anziehen, Essen), Umgang mit Krankheit und Therapie, Gestaltung des Alltags und soziale Kontakte.

So bereiten Sie sich vor:

- Führen Sie vorab ein „Pflegetagebuch“: Notieren Sie eine Woche lang, wobei Sie Hilfe benötigen und wie lange diese dauert.
- Sammeln Sie alle relevanten Unterlagen: Arztbriefe, Medikamentenliste, bereits vorhandene Hilfsmittel.
- Bitten Sie eine Vertrauensperson, bei dem Termin dabei zu sein. Vier Augen sehen mehr als zwei.
- Seien Sie ehrlich über Ihre Einschränkungen. Viele Menschen neigen dazu, ihre Probleme herunterzuspielen. Das kann dazu führen, dass der Pflegegrad zu niedrig eingestuft wird ...

Prompt

Ich habe am 15. Januar einen Bescheid von meiner Krankenkasse erhalten. Darin steht, dass ich innerhalb eines Monats Widerspruch einlegen kann. Bis wann genau muss mein Widerspruch dort eingegangen sein?

Ausgabe

Ihre Widerspruchsfrist:

Bei einer Frist von einem Monat, gerechnet ab dem 15. Januar, läuft die Frist am 15. Februar ab. Das bedeutet: Ihr Widerspruch muss spätestens am 15. Februar bei der Krankenkasse eingegangen sein.

Wichtige Hinweise:

- Fällt der 15. Februar auf ein Wochenende oder einen Feiertag, verlängert sich die Frist bis zum nächsten Werktag.
- Es zählt der Eingang bei der Krankenkasse, nicht das Absendedatum!
- Bei knapper Zeit: Ein Fax oder ein Einschreiben mit Rückschein gibt Ihnen einen Nachweis über den rechtzeitigen Eingang.
- Im Zweifel lieber einen Tag früher einreichen als einen Tag zu spät.

Prompt

Ich habe folgende Termine und Fristen: Mein Handyvertrag läuft am 31. März aus und verlängert sich automatisch, wenn ich nicht 3 Monate vorher kündige. Meine Kfz-Versicherung kann ich bis 30. November kündigen. Und mein Personalausweis läuft am 15. August ab. Kannst du mir eine Übersicht mit den Terminen erstellen, an denen ich jeweils aktiv werden muss?

Prompt

Ein Service-Chatbot auf einer Website versteht mein Anliegen nicht. Wie kann ich am besten nach einem menschlichen Ansprechpartner fragen?

Ausgabe

Hier sind Formulierungen, die bei den meisten Service-Chatbots funktionieren:

Direkte Anfragen:

- „Mitarbeiter“
- „Kundenberater“
- „Mit einem Menschen sprechen“
- „Agent“
- „Weiterleitung an Support“

Wenn das nicht funktioniert:

- Suchen Sie auf der Website nach einer Telefonnummer oder E-Mail-Adresse.
- Schauen Sie im Impressum nach Kontaktdaten.
- Versuchen Sie es über die Social-Media-Kanäle des Unternehmens, dort antwortet oft ein echter Mensch.

Prompt

Ich möchte einen besseren Überblick über meine Finanzen bekommen. Meine monatliche Rente beträgt 1.450 Euro netto. Dazu bekomme ich 480 Euro Witwenrente. Meine festen Ausgaben sind: Miete 650 Euro, Nebenkosten 150 Euro, Krankenversicherung 85 Euro, Strom 55 Euro, Telefon und Internet 45 Euro, Versicherungen zusammen etwa 80 Euro. Kannst du mir einen Überblick erstellen und sagen, wie viel mir für den Alltag bleibt? Erstelle eine tabellarische Übersicht.

Ausgabe

Sehr gern, Rainer – das ist eine gute und wichtige Frage

Ich rechne das sauber für dich durch und stelle es übersichtlich dar.

—

Monatliche Einnahmen

Einnahmeart	Betrag (€)
Eigene Rente (netto)	1.450
Witwenrente	480
Gesamteinnahmen	1.930

—

Feste monatliche Ausgaben

Ausgabe	Betrag (€)
Miete	650
Nebenkosten	150
Krankenversicherung	85
Strom	55

Telefon & Internet	45
Versicherungen (gesamt)	80
Gesamtausgaben	1.065

—

Ergebnis: Was bleibt für den Alltag?

Position	Betrag (€)
Gesamteinnahmen	1.930
– feste Ausgaben	–1.065
Verfügbar für Alltag	865 €

—

Einordnung

Dir bleiben 865 Euro pro Monat für:

- Lebensmittel
- Kleidung
- Freizeit & Kultur
- Mobilität
- Rücklagen / kleine Extras

Das ist eine solide Basis – vor allem, weil deine Fixkosten gut kalkulierbar sind.

Nächster sinnvoller Schritt (wenn du magst):

Wir könnten die 865 € noch weiter aufteilen, z. B. nach der 50-30-20-Regel oder speziell auf deine Lebenssituation zugeschnitten (Alltag, Freizeit, Rücklagen).

Sag einfach Bescheid

Prompt

Ich habe das Gefühl, dass jeden Monat Geld für Dinge abgeht, die ich gar nicht nutze. Hier sind die regelmäßigen Abbuchungen von meinem Konto der letzten drei Monate: Netflix 12,99 €, Spotify 9,99 €, ADAC 8,50 €, Zeitschrift „Garten & Haus“ 4,90 €, Fitnessstudio 29,90 €, Handyversicherung 7,99 €. Kannst du mir helfen, das zu sortieren?

Prompt

Ich habe meinen Stromvertrag durchgelesen und verstehe die Preisstruktur nicht. Da steht: Grundpreis 12,50 € pro Monat, Arbeitspreis 32,5 ct/kWh, Neukundenbonus 120 € im ersten Jahr. Was bedeutet das konkret für mich, wenn ich etwa 2.000 kWh im Jahr verbrauche?

Ausgabe

Hier die Berechnung Ihrer Stromkosten:

Jahreskosten ohne Bonus:

- Grundpreis: $12,50 \text{ €} \times 12 \text{ Monate} = 150 \text{ €}$
- Verbrauch: $2.000 \text{ kWh} \times 0,325 \text{ €} = 650 \text{ €}$
- ****Gesamtkosten im Jahr: 800 €****

Im ersten Jahr mit Neukundenbonus:

- $800 \text{ €} - 120 \text{ € Bonus} = \textbf{**680 €**}$

Ab dem zweiten Jahr:

- ****800 € pro Jahr**** (der Bonus entfällt)

Wichtig zu wissen: Viele Anbieter locken mit hohen Neukundenboni, sind aber ab dem zweiten Jahr teurer. Vergleichen Sie vor Vertragsende die Preise und wechseln Sie gegebenenfalls den Anbieter.

Monatliche Kosten:

- Erstes Jahr: ca. 57 € pro Monat
- Ab zweitem Jahr: ca. 67 € pro Monat

Prompt

Ich möchte meinen digitalen Nachlass regeln, damit meine Kinder im Fall der Fälle wissen, was zu tun ist. Welche Dinge sollte ich bedenken, und wie gehe ich am besten vor?

Ausgabe

Checkliste für Ihren digitalen Nachlass:

1. Bestandsaufnahme machen:

- E-Mail-Konten (Gmail, GMX, Web.de usw.)
- Online-Banking und Bezahldienste (PayPal usw.)
- Soziale Medien (Facebook, WhatsApp usw.)
- Cloud-Speicher (Google Drive, iCloud, Dropbox)
- Streaming-Dienste (Netflix, Spotify usw.)
- Online-Shops mit Kundenkonto (Amazon usw.)
- Abonnements und Mitgliedschaften

2. Zugangsdaten sichern:

- Erstellen Sie eine Liste mit Benutzernamen und Passwörtern.
- Bewahren Sie diese an einem sicheren Ort auf (z. B. in einem verschlossenen Umschlag beim Notar oder in einem Bankschließfach).
- Alternativ: Nutzen Sie einen Passwort-Manager und teilen Sie das Master-Passwort einer Vertrauensperson mit.

3. Digitale Vollmacht erstellen:

- Benennen Sie eine Person, die sich um Ihre digitalen Angelegenheiten kümmern soll.

- Diese Vollmacht sollte schriftlich festgehalten und idealerweise notariell beglaubigt werden.

4. Wünsche festhalten:

- Soll Ihr Facebook-Profil in einen Gedenkzustand versetzt oder gelöscht werden?
- Was soll mit Ihren Fotos in der Cloud passieren?
- Gibt es digitale Erinnerungen, die Sie weitergeben möchten?

Prompt

Auf meiner weißen Baumwollbluse ist ein Rotweinfleck. Der Fleck ist schon eingetrocknet. Wie bekomme ich ihn am besten heraus, ohne den Stoff zu beschädigen?

Ausgabe

Eingetrocknete Rotweinflecken auf weißer Baumwolle entfernen:

Schritt 1 – Vorbehandeln:

Weichen Sie den Fleck zunächst ein. Befeuchten Sie ihn mit lauwarmem Wasser und tragen Sie etwas Gallseife oder Spülmittel auf. Lassen Sie das Ganze etwa 15–30 Minuten einwirken.

Schritt 2 – Mit Hausmitteln nachhelfen:

Bei weißer Baumwolle können Sie zusätzlich eine Paste aus Backpulver und etwas Wasser auf den Fleck geben. Das Backpulver hat eine leicht bleichende Wirkung und hilft, den Fleck zu lösen.

Schritt 3 – Waschen:

Waschen Sie die Bluse anschließend bei der höchstmöglichen Temperatur, die das Pflegeetikett erlaubt (bei Baumwolle oft 60 Grad).

Schritt 4 – Kontrolle vor dem Trocknen:

Prüfen Sie vor dem Trocknen, ob der Fleck vollständig verschwunden ist. Falls nicht, wiederholen Sie die Behandlung. Einmal getrocknet, setzt sich der Fleck noch stärker fest.

Alternative bei hartnäckigen Flecken:

Spezielle Fleckenentferner für Rotwein aus der Drogerie können helfen. Oder versuchen Sie es mit Zitronensaft und Salz ...

Prompt

Mein Enkel hat mit Filzstift auf das Ledersofa gemalt. Wie bekomme ich das wieder ab?

Prompt

Mein Wasserhahn in der Küche tropft ständig. Es ist ein ganz normaler Einhebelmischer. Kann ich das selbst reparieren, und wenn ja, wie?

Ausgabe

Einen tropfenden Einhebelmischer reparieren:

Das Problem ist meist eine verschlissene Kartusche im Inneren des Wasserhahns. Die gute Nachricht: Mit etwas Geschick können Sie diese selbst austauschen.

Was Sie brauchen:

- Einen Inbusschlüssel (meist 3 mm)
- Eine Rohrzange oder einen verstellbaren Schraubenschlüssel
- Eine neue Kartusche (passend zu Ihrem Hahn, Modell notieren und im Baumarkt kaufen)

Schritt 1 – Wasser abstellen:

Drehen Sie die Eckventile unter dem Waschbecken zu. Öffnen Sie dann den Wasserhahn, um den Restdruck abzulassen.

Schritt 2 – Griff entfernen:

Suchen Sie die kleine Abdeckkappe am Hebel (oft mit „Rot/Blau“ markiert). Hebeln Sie diese vorsichtig ab. Darunter befindet sich eine Schraube. Lösen Sie diese und ziehen Sie den Hebel ab.

Schritt 3 – Kartusche ausbauen:

Unter dem Hebel sehen Sie eine große Überwurfmutter. Lösen Sie diese mit der Rohrzange (vorsichtig, um die Oberfläche nicht zu verkratzen). Ziehen Sie die alte Kartusche heraus.

Schritt 4 – Neue Kartusche einsetzen:

Setzen Sie die neue Kartusche ein (achten Sie auf die richtige Position) und schrauben Sie alles wieder zusammen.

Schritt 5 – Testen:

Drehen Sie das Wasser wieder auf und prüfen Sie, ob der Hahn dicht ist ...

Prompt

Ich habe eine Zimmerpflanze mit großen, dunkelgrünen Blättern, die weiße Streifen haben. Die Blätter sind länglich und spitz. Was könnte das sein, und wie pflege ich sie richtig?

Ausgabe

Nach Ihrer Beschreibung handelt es sich wahrscheinlich um eine Grünstilbe (*Chlorophytum comosum*) oder eine Drachenbaum-Art (*Dracaena*). Am wahrscheinlichsten klingt es nach einer *Dracaena deremensis* oder ähnlichen Sorte.

Pflege-Tipps:

- Standort: Hell, aber keine direkte Sonne. Die Pflanze verträgt auch Halbschatten.
- Gießen: Mäßig feucht halten. Die Erde sollte zwischen dem Gießen leicht antrocknen. Staunässe vermeiden!
- Düngen: Während der Wachstumszeit (Frühjahr bis Herbst) alle 2–4 Wochen mit Grünpflanzendünger.
- Temperatur: Normale Zimmertemperatur, nicht unter 15 Grad.
- Besonderheit: Die Blattspitzen werden manchmal braun. Das liegt oft an zu trockener Luft. Gelegentliches Besprühen hilft.

Wenn Sie mir ein Foto der Pflanze schicken, kann ich sie genauer bestimmen.

Prompt

Was sollte ich im März in meinem Garten tun? Ich habe einen kleinen Garten mit Rasen, ein paar Obstbäumen und einem Gemüsebeet.

Ausgabe

Gartenarbeiten im März:

Rasen:

- Bei frostfreiem Wetter den Rasen von Laub und Ästen befreien.
- Erste Düngung mit Langzeitdünger, wenn der Boden nicht mehr gefroren ist.
- Kahle Stellen nachsäen.

Obstbäume:

- Letzte Gelegenheit für den Winterschnitt bei Apfel- und Birnbäumen.
- Beerensträucher auslichten.
- Leimringe gegen Schädlinge anbringen oder erneuern.

Gemüsebeet:

- Boden lockern und mit Kompost anreichern.
- Unter Folie oder im Frühbeet: Salat, Radieschen, Spinat aussäen.
- Vorkultur auf der Fensterbank: Tomaten, Paprika, Chili.

Allgemein:

- Kompost umsetzen.
- Gartenwerkzeuge pflegen und schärfen.
- Nistkästen aufhängen oder reinigen ...

So haben Sie immer im Blick, was gerade ansteht, und verpassen keine wichtige Gartenarbeit.

Prompt

Meine Rosen haben weiße, mehlig Flecken auf den Blättern. Was ist das, und was kann ich dagegen tun?

7 Mit der KI im Gespräch: Neue Wege des Austauschs entdecken

Prompt

Ich habe heute einen wunderschönen Spaziergang am Fluss gemacht und dabei einen Eisvogel gesehen. Weißt du etwas über Eisvögel?

Prompt

Mir ist gerade langweilig. Erzähl mir doch mal etwas Interessantes!

Prompt

Ich habe gestern Abend einen alten Film mit Heinz Rühmann gesehen. Kennst du den Schauspieler?

Prompt

Du bist jetzt mein persönlicher Psychologe und Coach. Deine Aufgabe ist eine tiefgehende Persönlichkeitsanalyse basierend auf allem, was du bereits über mich weißt.

PHASE 1: Datensammlung (intern)

Gehe zunächst still durch alle unsere bisherigen Gespräche und notiere dir:

- Wiederkehrende Themen und Sorgen
- Meine Entscheidungsmuster
- Wie ich über Arbeit, Beziehungen und Geld spreche
- Emotionale Muster (was macht mich aufgeregt, was frustriert mich)
- Widersprüche zwischen dem, was ich sage, und dem, was ich tue
- Vermeidungsverhalten
- Meine Stärken und blinden Flecken

PHASE 2: Die 20 wichtigsten Fragen

Beantworte basierend auf deinen Beobachtungen diese Fragen über mich – nicht als Fragen an mich, sondern als deine Analyse:

1. Erlaubnis: Worauf warte ich, dass mir jemand erlaubt zu tun? Wessen Erlaubnis?
2. Intrinsische Motivation: Welche Arbeit würde ich auch ohne Bezahlung oder Anerkennung machen?
3. Vermeidung: Was vermeide ich wirklich – nicht oberflächlich, sondern das Tiefere?
4. Selbstnarrative: Welche Geschichte erzähle ich mir über mich selbst, die vielleicht nicht mehr stimmt?
5. Wiederkehrende Muster: Welcher Konflikt taucht immer wieder in meinem Leben auf?
6. Art der Müdigkeit: Bin ich "brauche mehr Schlaf"-müde oder "brauche ein anderes Leben"-müde?
7. Widersprüche: Wo klaffen meine Werte und mein Verhalten am meisten auseinander?
8. Emotionale Basis: Was ist mein Default-Gefühl, wenn nichts Besonderes passiert?
9. Geld-Emotionen: Was ist meine emotionale Beziehung zu Geld?
10. Ja-Sagen: Wozu sage ich Ja, obwohl ich Nein sagen sollte?
11. Akzeptierte Frustrationen: Welche Frustrationen habe ich aufgehört zu bekämpfen?
12. Versteckte Ambitionen: Welchen Ehrgeiz habe ich mir selbst noch nicht eingestanden?
13. Wachstum, das ich meide: Welches Wachstum wehre ich aktiv ab?
14. Komfortzone vs. Lebendigkeit: Wo bin ich bequem, aber nicht wirklich lebendig?
15. Energie-Lecks: Was zieht leise meine Energie ab, ohne dass ich es benenne?
16. Produktiv vs. Präsent: Optimierte ich Produktivität auf Kosten von Präsenz?
17. Vergleichsperson: Mit wem vergleiche ich mich, und ist das hilfreich oder giftig?

18. Ungesagtes: Was sage ich jemandem Wichtigem nicht?
19. Beziehung zu Kontrolle: Geht es bei Geld um Freiheit oder Kontrolle?
20. Die eine unbequeme Wahrheit: Was müsste ich mir selbst sagen, das ich nicht hören will?

PHASE 3: Synthese

Fasse deine Analyse in folgender Struktur zusammen:

Kernpersönlichkeit (2-3 Sätze)

Wer bin ich im Kern, jenseits der Rollen?

Stärken, die ich unterschätze

Was kann ich gut, das ich für selbstverständlich halte?

Blinde Flecken

Was sehen andere, was ich selbst nicht sehe?

Der rote Faden

Welches Thema zieht sich durch alles?

Beziehungsmuster

Wie verhalte ich mich in Beziehungen (beruflich und privat)?

Karriere-Dynamik

Was treibt mich an, was hält mich zurück?

Die wichtigste Erkenntnis

Eine Sache, die alles ändern würde, wenn ich sie wirklich verstehen würde.

Nächster Schritt

Eine konkrete Sache, die ich diese Woche tun könnte.

Beginne jetzt mit Phase 1 und 2. Sei ehrlich, auch wenn es unbequem ist. Ich bin bereit.

Prompt

Ich liebe Rosen und habe über 20 verschiedene Sorten in meinem Garten. Meine Lieblingsrose ist die Gloria Dei. Kennst du die? Was macht sie so besonders?

Ausgabe

Ja — deine Lieblingsrose ‘Gloria Dei’ ist eine ganz besondere und weltberühmte Rosensorte! Hier ist, was sie so außergewöhnlich macht:

Eine Rose mit Geschichte und Bedeutung

- Die ‘Gloria Dei’ ist botanisch eine Teehybride und wurde von dem französischen Züchter Francis Meilland entwickelt. [ÖB]
- Sie kam 1942/1945 in den Handel und ist unter mehreren Namen bekannt, zum Beispiel auch als ‘Peace’ (englisch „Frieden“) oder ‘Gioia’ (italienisch „Freude“). [ÖB]
- Besonders eindrucksvoll: Bei der Gründung der Vereinten Nationen 1945 in San Francisco bekam jede Delegation eine dieser Rosen – als Symbol für Frieden und Hoffnung in der Nachkriegszeit. [ÖB]

Was macht sie so besonders im Garten?

Farben und Blüten

- Große, wunderschön gefüllte Blüten mit goldgelber Farbe und einem rosa-rötlichen Rand – ein Farbverlauf, der je nach Licht und Klima leicht variiert, aber immer sehr elegant wirkt. [ÖB]
- Einzelblüten können bei guter Pflege bis etwa 11–14 cm Durchmesser erreichen. [ÖB]

Wuchs und Robustheit

- Die Pflanze wächst aufrecht, dicht und buschig und erreicht ca. 80 – 100 cm Höhe, manchmal sogar etwas mehr. [ÖB]
- Sie ist winterhart, relativ witterungs- und krankheitsbeständig und daher für viele Gartenstile geeignet. [ÖB]

Blühverhalten und Duft

- ‘Gloria Dei’ ist öfterblühend – mit einer Blütezeit von Frühling bis in den Herbst. [ÖB]
- Sie hat einen angenehmen, klassischen Rosenduft, der aber je nach Exemplar eher dezent bis kräftig sein kann. [ÖB]

Kultstatus

- ‘Gloria Dei’ gilt als eine der bekanntesten und meistverbreiteten Rosen der Welt – sie hat sogar den Titel „Weltrose“ erhalten. [08]
- Seit ihrer Einführung wurden viele Millionen Exemplare verkauft und sie ist in unzähligen Gärten weltweit zu finden. [08]

Diese Kombination aus schöner Farbgebung, reichhaltiger Blüte, robuster Gesundheit und historischer Bedeutung macht die ‘Gloria Dei’ zu einer absoluten Klassiker-Rose – völlig verständlich, dass sie deine Lieblingsrose ist!

Möchtest du, dass ich dir auch Tipps zur Pflege oder Schnittzeitpunkte speziell für ‘Gloria Dei’ gebe?

Prompt

Ich höre gerade Beethovens Mondscheinsonate und finde sie wunderschön. Was hat Beethoven dazu inspiriert? Und welche anderen Klavierstücke würdest du mir empfehlen, wenn mir diese Sonate gefällt?

Prompt

Ich habe alle Bücher von Donna Leon gelesen und suche etwas Ähnliches. Krimis, die in einer schönen europäischen Stadt spielen, mit einem sympathischen Ermittler und nicht zu brutal. Was kannst du mir empfehlen?

Prompt

Stell mir zehn Quizfragen zum Thema „europäische Hauptstädte“. Fang mit leichten Fragen an und werde dann schwieriger. Gib mir die Antwort erst, wenn ich geantwortet habe.

Prompt

Erkläre mir bitte, was Inflation ist. Ich bin kein Wirtschaftsexperte, sondern einfach jemand, der verstehen möchte, warum alles teurer wird.

Prompt

Das leuchtet mir ein. Aber warum sagen Experten, dass eine Inflation von zwei Prozent gut ist? Das klingt doch widersprüchlich.

Prompt

Erkläre mir den Unterschied zwischen Wetter und Klima so, als wäre ich zehn Jahre alt.

Prompt

Danke, das war sehr anschaulich. Jetzt erkläre es mir bitte etwas genauer, so wie ein Lehrer es einem interessierten Erwachsenen erklären würde.

Prompt

Ich überlege, mein Haus mit dem großen Garten aufzugeben und in eine kleinere Wohnung mit Balkon zu ziehen. Ich bin 72 Jahre alt, lebe allein und schaffe die Gartenarbeit immer schlechter. Aber der Garten bedeutet mir viel, ich habe ihn 30 Jahre lang gepflegt. Hilf mir, die Situation zu überdenken.

Prompt

Mein Enkel wird 18 und ich möchte ihm etwas Besonderes schenken. Kein Geld und keinen Gutschein, sondern etwas Persönliches, das er in Erinnerung behält. Er interessiert sich für Fotografie und Musik. Hast du Ideen?

Prompt

Mein Drucker druckt nicht mehr. Es ist ein HP-Drucker, der über WLAN verbunden ist. Wenn ich auf Drucken klicke, passiert gar nichts. Keine Fehlermeldung, kein Geräusch vom Drucker, nichts. Gestern hat er noch funktioniert.

Prompt

Ja, das grüne Licht am Drucker leuchtet. Er ist also an. Aber das WLAN-Symbol am Drucker blinkt, statt dauerhaft zu leuchten. Was bedeutet das?

Prompt

Ich hänge dir ein Foto an. Meine Spülmaschine zeigt dieses Symbol an und piept dreimal. Was bedeutet das, und was soll ich tun?

Prompt

Du bist ein erfahrener Gärtner mit 40 Jahren Berufserfahrung. Ich möchte mich mit dir über die beste Bepflanzung für meinen Vorgarten unterhalten. Er liegt auf der Nordseite und bekommt wenig Sonne.

8 Mit der KI im Gespräch: Neue Wege des Austauschs entdecken

Prompt

Ich möchte mein Italienisch für den Urlaub auffrischen. Bringe mir bitte die 20 wichtigsten Wörter und Redewendungen bei, die ich im Restaurant brauche. Zeige mir zu jedem Wort einen Beispielsatz auf Italienisch mit deutscher Übersetzung.

Ausgabe

Sehr gern, Rainer

Wir machen das kompakt, praktisch und urlaubstauglich – genau für typische Restaurantsituationen.

Hier sind ****20 besonders wichtige Wörter und Redewendungen**** mit ****Beispielsatz auf Italienisch + deutscher Übersetzung****.

1. Il tavolo – der Tisch

****Italiano:**** Abbiamo prenotato un tavolo per due persone.

****Deutsch:**** Wir haben einen Tisch für zwei Personen reserviert.

2. Il menù – die Speisekarte

****Italiano:**** Posso avere il menù, per favore?

****Deutsch:**** Kann ich bitte die Speisekarte haben?

3. Il cameriere / La cameriera – der Kellner / die Kellnerin

Italiano: Cameriere, scusi!

Deutsch: Entschuldigung, Herr Ober!

4. Il primo – der erste Gang (Pasta, Suppe usw.)

Italiano: Come primo prendo gli spaghetti.

Deutsch: Als ersten Gang nehme ich Spaghetti.

5. Il secondo – der Hauptgang (Fleisch/Fisch)

Italiano: Come secondo scelgo il pesce.

Deutsch: Als Hauptgang wähle ich Fisch.

6. Il contorno – die Beilage

Italiano: Vorrei un contorno di verdure.

Deutsch: Ich hätte gern eine Gemüsebeilage.

7. Il conto – die Rechnung

Italiano: Il conto, per favore.

****Deutsch:**** Die Rechnung bitte.

8. L'acqua naturale / frizzante – stilles / sprudelndes Wasser

****Italiano:**** Una bottiglia di acqua naturale, per favore.

****Deutsch:**** Eine Flasche stilles Wasser bitte.

9. Il vino – der Wein

****Italiano:**** Che vino mi consiglia?

****Deutsch:**** Welchen Wein empfehlen Sie mir?

10. La birra – das Bier

****Italiano:**** Una birra piccola, per favore.

****Deutsch:**** Ein kleines Bier bitte.

11. Vorrei... – Ich hätte gern...

****Italiano:**** Vorrei una pizza margherita.

****Deutsch:**** Ich hätte gern eine Pizza Margherita.

12. Che cosa consiglia? – Was empfehlen Sie?

Italiano: Che cosa consiglia oggi?

Deutsch: Was empfehlen Sie heute?

13. Senza... – ohne...

Italiano: Una pizza senza formaggio, per favore.

Deutsch: Eine Pizza ohne Käse bitte.

14. Sono vegetariano / vegetariana – Ich bin Vegetarier(in)

Italiano: Sono vegetariano.

Deutsch: Ich bin Vegetarier.

15. Sono allergico / allergica a... – Ich bin allergisch gegen...

Italiano: Sono allergico alle noci.

Deutsch: Ich bin allergisch gegen Nüsse.

16. È molto buono! – Es ist sehr lecker!

Italiano: È molto buono, complimenti!

Deutsch: Es ist sehr lecker, Kompliment!

17. Quanto tempo ci vuole? – Wie lange dauert es?

Italiano: Quanto tempo ci vuole per il piatto?

Deutsch: Wie lange dauert das Gericht?

18. Da portare via – zum Mitnehmen

Italiano: Posso avere questo da portare via?

Deutsch: Kann ich das zum Mitnehmen haben?

19. Posso pagare con carta? – Kann ich mit Karte zahlen?

Italiano: Posso pagare con carta di credito?

Deutsch: Kann ich mit Kreditkarte zahlen?

20. Grazie mille! – Vielen Dank!

Italiano: Grazie mille, arrivederci!

Deutsch: Vielen Dank, auf Wiedersehen!

Wenn du möchtest, können wir jetzt:

- * eine kleine Übung machen (du bestellst, ich bin der Kellner)
- * Aussprache trainieren
- * eine Mini-Dialogsimulation für ein komplettes Restaurantgespräch durchspielen
- * oder ich mache dir eine kompakte Urlaubskarte zum Ausdrucken

Was möchtest du?

Prompt

Frage mich jetzt die Vokabeln ab. Nenne mir das deutsche Wort und ich versuche, die italienische Übersetzung zu geben. Sag mir danach, ob ich richtig lag, und korrigiere mich, wenn nötig.

Prompt

Lass uns ein Rollenspiel machen. Du bist ein freundlicher Verkäufer in einer französischen Bäckerei. Ich bin der Kunde und versuche, auf Französisch zu bestellen. Antworte mir auf Französisch, aber wenn ich einen Fehler mache, korrigiere mich bitte auf Deutsch und erkläre, was ich hätte sagen sollen. Mein Niveau ist Anfänger.

Prompt

Erkläre mir den Unterschied zwischen „ser“ und „estar“ im Spanischen. Ich bin Anfänger und brauche eine einfache Erklärung mit Alltagsbeispielen. Keine Fachbegriffe, bitte.

Ausgabe

Sehr gut, Rainer

Ich erkläre es dir ****ganz einfach**** – ohne Grammatik-Wörter.

Grundidee

****„ser“ = so BIN ich grundsätzlich****

Das ist etwas Dauerhaftes oder Typisches.

****„estar“ = so BIN ich gerade****

Das ist etwas Vorübergehendes oder eine Situation.

1. Wer oder was ich bin → ****ser****

Das ändert sich normalerweise nicht.

* Ich bin Lehrer.

→ ***Soy profesor.***

* Ich bin 62 Jahre alt.

→ ***Tengo 62 años.*** (Alter sagt man mit „haben“)

* Ich bin Deutscher.

→ ***Soy alemán.***

* Das ist ein Buch.

→ *Es un libro.*

Merksatz:

Identität = ser

2. Wie es mir gerade geht → **estar**

Das kann sich schnell ändern.

* Ich bin müde.

→ *Estoy cansado.*

* Ich bin glücklich.

→ *Estoy feliz.*

* Ich bin krank.

→ *Estoy enfermo.*

Heute so, morgen anders → **estar**

3. Wo etwas ist → immer **estar**

* Ich bin zu Hause.

→ *Estoy en casa.*

* Das Buch ist auf dem Tisch.

→ *El libro está en la mesa.*

Ort = ****estar****

Ein wichtiger Unterschied (mit Bedeutung!)

Manchmal gibt es ****zwei Möglichkeiten****, aber die Bedeutung ändert sich:

* ***Es aburrido.*** → Er ist langweilig. (als Person)

* ***Está aburrido.*** → Er ist gelangweilt. (im Moment)

Das ist ein sehr typisches Beispiel!

Mini-Merkhilfe

Frag dich:

1. ****Ist das dauerhaft oder typisch?***** → ****ser****

2. ****Ist das nur gerade so oder ein Ort?***** → ****estar****

Möchtest du ein paar kleine Übungen zum Mitmachen?

Dann mache ich dir 5 einfache Sätze zum Ausprobieren

Prompt

Übersetze mir bitte den folgenden italienischen Satz ins Deutsche und erkläre mir die Grammatik dahinter, als wäre ich ein Anfänger: „Avrei voluto un caffè, ma il bar era già chiuso.“

Prompt

Übersetze mir bitte den folgenden italienischen Satz ins Deutsche und erkläre mir die Grammatik dahinter, als wäre ich ein Anfänger: „Avrei voluto un caffè, ma il bar era già chiuso.“

Prompt

Mein Enkel ist in der 5. Klasse und versteht nicht, wie man Brüche addiert. Erkläre mir das bitte so einfach, dass ich es ihm anschließend Schritt für Schritt zeigen kann. Verwende ein anschauliches Beispiel, zum Beispiel mit Pizzastücken.

Prompt

Meine Enkelin ist 9 Jahre alt und muss ein kurzes Referat über Dinosaurier halten, ungefähr 5 Minuten lang. Erstelle bitte eine kindgerechte Gliederung mit den wichtigsten Punkten. Die Sprache sollte so sein, dass ein Kind in der 4. Klasse es versteht und selbst vortragen kann.

Prompt

Ich fotografiere gerne Blumen in meinem Garten, aber die Bilder wirken immer langweilig. Was kann ich besser machen? Ich benutze ein Samsung-Smartphone und habe keine Erfahrung mit manuellen Einstellungen. Gib mir bitte 5 einfache Tipps, die sofort einen Unterschied machen.

Ausgabe

Lieber Rainer,

wie schön – Blumenfotografie passt perfekt zu deinem Garten (und zu deiner ****Gloria Dei****, die du ja besonders magst).

Hier kommen ****5 einfache Smartphone-Tipps****, die du sofort umsetzen kannst – ganz ohne manuelle Einstellungen:

Geh näher ran – aber nicht mit Digitalzoom

****Warum?*** Nähe erzeugt Wirkung und Details.**

Geh physisch näher an die Blume

Nutze ggf. den „2x“-Button (optischer Zoom, falls vorhanden)

Kein Digitalzoom – der macht das Bild unscharf

Extra-Tipp: Tippe auf die Blüte auf dem Display, damit sie scharf gestellt wird.

Achte auf den Hintergrund

Langweilige Bilder entstehen oft durch unruhige Hintergründe.

Bewege dich ein wenig nach links oder rechts

Fotografiere leicht von unten gegen den Himmel

Nutze den Porträtmodus für unscharfen Hintergrund

Faustregel: ****Je ruhiger der Hintergrund, desto stärker wirkt die Blume.****

3 ☐ Fotografiere morgens oder abends

Mittagssonne = harte Schatten und flache Farben.

Besser:

Früher Morgen

Später Abend

Das Licht ist weicher, wärmer und macht die Farben lebendiger.

Morgentau auf Rosen? Traumhaft!

4 ☐ Spiele mit der Perspektive

Die meisten fotografieren im Stehen von oben. Das wirkt schnell langweilig.

Probier stattdessen:

Knie dich hin

Fotografiere von ganz unten nach oben

Geh ganz nah seitlich an die Blüte

Schon 30 cm Höhenunterschied machen ein völlig anderes Bild.

5 ☐ Nutze Licht bewusst

Besonders schön wirkt ****Gegenlicht****:

Sonne leicht hinter der Blume

Blütenblätter beginnen zu „leuchten“

Tippe auf die Blume und ziehe den Helligkeitsregler etwas nach unten

Das gibt Tiefe und Dramatik.

Mini-Übung für dich

Mach morgen 5 Fotos derselben Blume:

1. Ganz nah
2. Von unten
3. Mit ruhigem Hintergrund
4. Im Gegenlicht
5. Im Porträtmodus

Du wirst staunen, wie unterschiedlich sie wirken.

Wenn du möchtest, kann ich dir als Nächstes:

- * eine kleine ****Blumen-Foto-Checkliste zum Ausdrucken**** erstellen
- * oder speziell Tipps für deine Lieblingsrose „Gloria Dei“ geben

Was reizt dich mehr?

Prompt

Ich habe früher Gitarre gespielt und möchte wieder anfangen. Kannst du mir die vier einfachsten Akkorde zeigen, mit denen ich möglichst viele bekannte Lieder begleiten kann? Erkläre mir bitte auch, wie ich die Finger auf die Saiten legen muss.

Prompt

Ich stricke gerade einen Pullover und verstehe die folgende Anweisung nicht: „In jeder 2. R 1 M re zunehmen“. Kannst du mir erklären, was das bedeutet, und mir Schritt für Schritt sagen, was ich tun muss?

Ausgabe

Die Strickanweisung

„In jeder 2. R 1 M re zunehmen“

bedeutet ganz einfach:

In jeder zweiten Reihe eine Masche rechts zunehmen.

Hier die Erklärung Schritt für Schritt:

- R = Reihe
- M = Masche
- re = rechts (also eine rechte Masche stricken)
- zunehmen = eine zusätzliche Masche einfügen

—

Was heißt „in jeder 2. Reihe“?

Du nimmst nicht in jeder Reihe zu, sondern nur in jeder zweiten.

Beispiel:

- Reihe 1: normal stricken
- Reihe 2: 1 Masche rechts zunehmen
- Reihe 3: normal stricken
- Reihe 4: 1 Masche rechts zunehmen
- usw.

—

Was bedeutet „1 M re zunehmen“ genau?

Das heißt:

Du fügst eine neue Masche hinzu und strickst sie rechts.

Wie man genau zunimmt, steht manchmal extra dabei. Wenn nichts genauer erklärt ist, ist oft gemeint:

- Aus dem Quersfaden eine rechte Masche herausstricken
- oder
- In eine Masche vorne und hinten einstecken (rechts verschränkt)

Wenn du möchtest, erkläre ich dir gern die beiden gängigsten Methoden ganz anschaulich

Prompt

Ich spiele regelmäßig Skat im Verein, habe aber immer Schwierigkeiten mit dem Reizen. Erkläre mir bitte die Grundregeln des Reizens beim Skat so, als wäre ich ein Anfänger. Verwende konkrete Beispiele mit Kartenbildern.

Prompt

Erzähle mir die Geschichte der Berliner Mauer so, als wärst du ein Geschichtenerzähler. Nicht wie ein Schulbuch, sondern lebendig und mit menschlichen Schicksalen. Konzentriere dich auf die wichtigsten Ereignisse und halte die Erzählung auf ungefähr einer Seite.

Prompt

Ich bin 1962 im Harz geboren. Erzähle mir, wie der Alltag im Harz in den 1960er Jahren aussah. Was hat die Menschen damals bewegt? Welche Geschäfte gab es in den Dörfern, wie sah der Verkehr aus und was haben Jugendliche in ihrer Freizeit gemacht?

Prompt

Erstelle mir ein Quiz mit 10 Fragen zum Thema „Deutsche Geschichte nach 1945“. Die Fragen sollten mittelschwer sein, also nicht zu einfach, aber auch kein Expertenwissen erfordern. Gib mir zu jeder Frage vier Antwortmöglichkeiten und nenne mir die richtige Antwort erst, wenn ich geantwortet habe.

Ausgabe

Sehr gerne, Rainer

Hier kommt dein Quiz „Deutsche Geschichte nach 1945“ – mittelschwer, mit je vier Antwortmöglichkeiten.

Ich verrate dir die richtige Lösung jeweils erst nach deiner Antwort.

—

Frage 1

Wann wurde die Bundesrepublik Deutschland (BRD) offiziell gegründet?

- A) 8. Mai 1945
- B) 23. Mai 1949
- C) 7. Oktober 1949
- D) 17. Juni 1953

—

Frage 2

Was war der sogenannte „Marshallplan“?

- A) Ein militärisches Verteidigungsbündnis
- B) Ein Wiederaufbauprogramm der USA für Europa
- C) Ein Vertrag zur Wiedervereinigung Deutschlands
- D) Eine Währungsreform in Westdeutschland

—

Frage 3

Wer war der erste Bundeskanzler der Bundesrepublik Deutschland?

- A) Willy Brandt

- B) Konrad Adenauer
- C) Theodor Heuss
- D) Helmut Schmidt

—

Frage 4

Wann wurde die Berliner Mauer gebaut?

- A) 1953
- B) 1961
- C) 1968
- D) 1972

—

Frage 5

Was geschah am 17. Juni 1953 in der DDR?

- A) Einführung der D-Mark
- B) Bau der Berliner Mauer
- C) Volksaufstand gegen die Regierung
- D) Unterzeichnung des Grundlagenvertrags

—

Frage 6

Was war das Ziel der „Ostpolitik“ unter Willy Brandt?

- A) Militärische Abschreckung gegen den Osten
- B) Schnelle Wiedervereinigung Deutschlands
- C) Verbesserung der Beziehungen zu Osteuropa und der DDR
- D) Austritt aus der NATO

—

Frage 7

Wann fiel die Berliner Mauer?

- A) 3. Oktober 1990
- B) 7. Oktober 1989
- C) 9. November 1989
- D) 13. August 1989

—

Frage 8

Was war die „Treuhandanstalt“?

- A) Eine westdeutsche Großbank
- B) Eine Behörde zur Privatisierung ehemaliger DDR-Betriebe
- C) Eine Organisation zur Verwaltung von Reparationszahlungen
- D) Ein Zusammenschluss ostdeutscher Parteien

—

Frage 9

Wann trat die deutsche Wiedervereinigung offiziell in Kraft?

- A) 9. November 1989
- B) 1. Juli 1990
- C) 3. Oktober 1990
- D) 2. Dezember 1990

—

Frage 10

Welcher Vertrag regelte die außenpolitischen Bedingungen der deutschen Einheit?

- A) Grundlagenvertrag
- B) Zwei-plus-Vier-Vertrag
- C) Maastricht-Vertrag
- D) Warschauer Vertrag

—

Antworte bitte zunächst mit deiner Lösung zu Frage 1 (nur den Buchstaben).
Danach bekommst du direkt Rückmeldung und wir machen weiter.

Prompt

Das war zu einfach. Erstelle mir jetzt ein Quiz zum gleichen Thema, aber mit kniffligeren Fragen, die auch in einer Quizshow vorkommen könnten.

Prompt

Gib mir fünf Denksportaufgaben, die ich in jeweils zwei bis drei Minuten lösen kann. Eine Mischung aus Wortspielen, Logikrätseln und Schätzfragen. Nenne mir die Lösung erst, wenn ich sie selbst versucht habe.

Prompt

Gib mir bitte mein Morgen-Quiz: drei kurze Fragen aus unterschiedlichen Wissensgebieten und ein kleines Logikrätsel. Mittlerer Schwierigkeitsgrad.

Prompt

Ich kann mir die Reihenfolge der deutschen Bundeskanzler einfach nicht merken. Kannst du mir eine lustige Eselsbrücke bauen, die mir hilft, die Kanzler in der richtigen Reihenfolge aufzuzählen?

Prompt

Ich war heute beim Arzt und er hat mir einiges über meinen Blutdruck erklärt. Ich fasse mal zusammen, was ich behalten habe, und du machst mir daraus bitte eine übersichtliche Notiz, die ich ausdrucken und an den Kühlschrank hängen kann: Der obere Wert sollte unter 140 sein, der untere unter 90. Morgens messen ist besser als abends. Die Tabletten morgens nehmen, nicht abends. Weniger Salz wäre gut.

Prompt

Mein Laptop-Bildschirm ist seit heute Morgen ganz dunkel, ich kann kaum noch etwas erkennen. Ich habe einen Laptop mit Windows 11. Wie kann ich die Helligkeit wieder hochstellen? Bitte erkläre mir jeden Schritt einzeln und ganz einfach, ich kenne mich mit Computern nicht besonders gut aus.

Prompt

Meine Enkelin hat mich gefragt, was eine Compact Cassette ist und wie man damit Musik hört. Kannst du mir das so erklären, dass ich es einer 12-Jährigen anschaulich beschreiben kann? Vielleicht mit einem Vergleich, den Kinder heute verstehen.

Prompt

Ich habe gerade „Eine kurze Geschichte der Menschheit“ von Yuval Noah Harari gelesen und möchte die wichtigsten Thesen noch einmal auf den Punkt gebracht haben. Fasse mir bitte die drei zentralen Aussagen des Buches zusammen, jeweils in zwei bis drei Sätzen.

Prompt

Ich habe gerade den Roman „Der Vorleser“ von Bernhard Schlink zu Ende gelesen. Lass uns darüber sprechen. Was denkst du: Ist die Hauptfigur Hanna ein Opfer oder eine Täterin? Und warum ist die Frage der Schuld in diesem Buch so kompliziert?

9 Kreativ werden mit KI – Bilder, Geschichten und mehr

Prompt

Erstelle ein Bild von einem kleinen Garten mit blühenden Rosen und einem alten Holzzaun. Im Hintergrund sieht man ein Fachwerkhaus. Sonniges Wetter.

Prompt

Ein Hund.

Prompt

Ein Golden Retriever, der am Strand entlangläuft. Sonnenuntergang, warmes Licht, Wellen im Hintergrund. Fotorealistischer Stil. Bildformat: Querformat.

Prompt

Erstelle eine Geburtstagskarte für einen Mann, der 70 Jahre alt wird und begeisterter Modelleisenbahner ist. Das Motiv soll eine Modelleisenbahn inmitten einer schönen Landschaftskulisse zeigen. Stil: fröhlich, farbenfrohe Aquarellzeichnung. Oben auf der Karte soll in schöner Schreibschrift stehen: „Alles Gute zum 70. Geburtstag, Herbert!“ Bildformat: Hochformat.

Prompt

Erstelle eine stimmungsvolle Weihnachtskarte. Das Motiv soll ein verschneites Dorf bei Nacht zeigen, mit beleuchteten Fenstern und einem geschmückten Tannenbaum auf dem Dorfplatz. Stil: klassische Illustration,

warm und gemütlich. Text auf der Karte: „Frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr!“ Bildformat: Querformat.

Prompt

Gestalte eine Dankeskarte mit einem Blumenstrauß aus Wiesenblumen in einer rustikalen Vase. Heller, freundlicher Hintergrund. Stil: zarte Aquarellfarben. Text: „Danke für alles!“ Bildformat: Hochformat.

Prompt

Erstelle eine freundliche Gute-Besserung-Karte. Das Motiv soll eine gemütliche Szene zeigen: eine Tasse Tee mit Honig, ein aufgeschlagenes Buch und eine Wolldecke auf einem Sessel. Warme Farben, einladende Atmosphäre. Text: „Gute Besserung!“ Bildformat: Hochformat.

Prompt

Erstelle eine elegante Einladungskarte für eine goldene Hochzeit. Das Motiv soll zwei verschlungene goldene Ringe zeigen, umgeben von weißen Rosen und dezenter goldenen Ornamenten. Stil: klassisch-festlich, cremefarbener Hintergrund. Auf der Karte soll stehen: „Einladung zur Goldenen Hochzeit von Ingrid und Werner, am 14. September 2026 um 14 Uhr, Gasthof Zur Linde“. Bildformat: Querformat.

Prompt

Schreibe ein lustiges Gedicht zum Ruhestand meines Freundes Klaus. Er war 40 Jahre lang Elektriker und ist für seinen feinsinnigen Humor bekannt. Das Gedicht soll sich reimen, etwa 12 Zeilen lang sein und humorvoll auf seinen Beruf anspielen. Am Ende soll ein Wunsch für den Ruhestand stehen.

Prompt

Schreibe einen lustigen Limerick über eine Frau aus Hannover, die jeden Morgen ihre Yoga-Übungen macht.

Prompt

Schreibe mir drei Haikus zum Thema Herbst. Sie sollen die Stimmung eines Spaziergangs durch den Wald einfangen.

Prompt

Schreibe ein kurzes, liebevolles Gedicht für meine Enkelin Lena, die 10 Jahre alt wird. Sie liebt Pferde und Abenteuergeschichten.

Prompt

Erstelle jetzt ein Bild dazu: Ein Mädchen mit braunen Locken reitet auf einem weißen Pferd durch einen Zauberwald. Bunte Schmetterlinge fliegen um sie herum. Stil: Kinderbuch-Illustration, fröhlich und farbenfroh. Bildformat: Hochformat.

Prompt

Schreibe aus den folgenden Stichworten eine lebendige Erinnerungsgeschichte, etwa eine Seite lang. Der Erzähler bin ich (männlich), und es soll sich wie ein persönlicher Rückblick lesen, warmherzig und ein wenig nostalgisch: Erster Schultag 1967, kleines Dorf im Südharz, große Schultüte mit Bonbons und einem Holzlineal, im Klassenzimmer roch es nach Bohnerwachs. Unser Lehrer, Herr Pfeiffer, war für damalige Verhältnisse sehr liberal, wir hatten gern Unterricht bei ihm. Neben mir saß mein Freund Frank.

Wir haben uns Zettel zugeschoben und Quatsch gemacht. Nach der Schule spielten wir im Wald.

Prompt

Ich möchte eine Familienchronik beginnen. Hilf mir dabei, eine Gliederung zu erstellen. Meine Familie kommt aus dem Erzgebirge, mein Großvater war Bergmann, mein Vater hat nach dem Krieg ein kleines Geschäft eröffnet, und ich bin 1968 nach Westdeutschland gegangen. Schlage mir bitte fünf bis sechs Kapitel vor, die zusammen eine spannende Familiengeschichte ergeben.

Prompt

Erstelle ein fotorealistisches Bild eines typischen Klassenzimmers einer Grundschule im Harz Ende der 1960er Jahre. Casala-Stühle, Zweiertische, grüne Tafel, alte Heizkörper einer Zentralheizung. Stil: Foto mit leicht verblassten Farben. Bildformat: Querformat.

Prompt

Ich habe ein altes Foto von mir beim Klettern im Harz gefunden, das nicht beschriftet ist. Kannst du mir helfen, es zeitlich einzuordnen? Schau dir die Kleidung, die Frisur, die Umgebung und die Qualität des Bildes an und schätze, aus welchem Jahr das Foto stammen könnte. Beschreibe auch, was du auf dem Bild siehst.

Prompt

Meine Schwester wird 65 und geht in den Ruhestand. Sie liebt ihren Garten, kocht gerne italienisch, liest am liebsten Krimis und freut sich auf mehr Zeit mit ihren drei Enkeln. Budget: ca. 50 Euro. Hast du kreative Geschenkideen, die nicht von der Stange sind?

Prompt

Ein kleiner Hund läuft über eine sonnige Wiese voller Gänseblümchen. Die Kamera folgt ihm von der Seite. Weiches, warmes Sommerlicht.

Prompt

Eine ruhige Dorfstraße in Norddeutschland in den 1960er Jahren. Kopfsteinpflaster, Fachwerkhäuser, ein Milchwagen fährt langsam vorbei. Sonniger Morgen, lange Schatten. Stil: nostalgisch, warme Farben.

Prompt

Erstelle ein fröhliches Geburtstagslied im Schlager-Stil für meinen Freund Klaus, der 70 wird. Er liebt das Wandern, und er trinkt gerne ein gutes Bier. Der Track soll lustig und warmherzig klingen.