

AI – DIN BÄSTA VÄN

MARS 2025 - HSB SÖDERTÖRN

MED JOACIM CRONWALL - KOMMUNIKATÖR OCH NICHOLAS PALMBERG - VERKSAMHETSUTVECKLARE



HSB – där möjligheterna bor

VARFÖR HÅLLER VI I DEN HÄR UTBILDNINGEN?

- Efterfrågan och behovet är stort.
- Bättre stöd och upplevelse – HSB ska framtidssäkra och utbilda. Det ingår i vårt uppdrag.
- Minska rädslan för AI och få fler att använda det.
 - Bara att ni är här idag gör att ni ligger i framkant. Detta är fortfarande nytt.



AGENDA

1. Kort introduktion till AI och några viktiga begrepp.
2. AI – Idag
3. Bedrägeri
4. Källkritik
5. Etik
6. AI i framtiden
7. Varför och hur ska vi använda AI?
8. Prompts
9. Styrelsesupport GPT



VAD ÄR AI?



Artificiell Intelligens

Övergripande teknik som gör att datorer kan utföra uppgifter som normalt kräver mänsklig intelligens. Genom att använda algoritmer kan den fatta beslut och bearbeta data.

Maskininlärning

En underkategori till AI där datorer lär sig att utföra uppgifter baserat på data och algoritmer, utan att vara programmerade för varje uppgift.

Självinlärning

En vidare utveckling av maskininlärning där systemet inte bara lär sig från data utan också förbättrar sina egna algoritmer och metoder över tid genom erfarenhet från sig själv skapar den ny data.



ALGORITM PROCESSOR MASKININLÄRNING



DEEP BLUE VS GARRY KASPAROV 1997

- Matchen visade hur datorer kunde lösa komplexa problem.
- Deep Blue använde förprogrammerade algoritmer och kraftfulla processorer för att fatta beslut i realtid.

En algoritm är en exakt beskrivning av hur man löser ett problem eller utför en uppgift med en serie instruktioner och regler.

En processor är en datorhårdvara som utför beräkningar och bearbetning av data; dess hastighet och kapacitet är avgörande för AI eftersom det möjliggör snabb och effektiv hantering av komplexa algoritmer och stora datamängder.

Maskininlärning är när datorer tränas att känna igen mönster och göra förutsägelser baserat på data. Det innebär att datorer lär sig från stora mängder information istället för att följa förprogrammerade regler. (inte Deep Blue)



AI I ~~FRAMTIDEN~~
IDAG



HSB – där möjligheterna bor

IDAG GÅR MÅNGA FRÅN TEORI TILL PRAKTIK

Aktuella funktioner:

- Förbättrad självinlärning. Kommer inte behöva människan för att lära sig nya saker.
- Ökad emotionell intelligens.
- Autonoma system – ex. självkörande bilar blir vanligare.

Hur AI fungerar just nu:

- Realtidsanalys för snabba precisa beslut.
- Sjävlärande och anpassningsbara funktioner blir vanligare.
- Processorkraften blir större och större.

Utmaningarna är ständiga:

- Etiska utmaningar.
- Skapa ramverk och riktlinjer.
- Kan komma i fel händer. Är i fel händer? Vad händer när de goda inte har det i sina händer?
- Digitala klyftor – Vad händer med dem som hamnar efter?



BEDRÄGERI



NÅGRA EXEMPEL PÅ BEDRÄGERI

- Phishing – AI kan skapa trovärdiga e-postmeddelanden, sms, och meddelanden som ser ut att komma från betrodda källor som banker eller företag.
- Social manipulering – ex. AI-drivna chattbots kan imitera verkliga människor i realtid.
- Identitetsstöld – AI kan användas för att samla och analysera stora mängder personliga data från sociala medier och andra källor,



ORIGINAL

DEEPPFAKE

EM HONEST

Y *THIS* ONE

EM HONEST

Y *THIS* ONE

KÄLLKRITIK!



HSB – där möjligheterna bor

KÄLLKRITIK

- Var extra försiktig när du läser texter, kollar på bilder och video. Är detta på riktigt?
- Lita inte på allt Chat GPT skriver – Vilken data baserar den svaret på?
- Granska allt du material du använder – du är avsändare.
- Källkritik – vem säger vad?
- Källtillit – med hjälp av källkritik hitta organisationer, myndigheter, forskare som känns trovärdiga.
- Har du tillräcklig sakkunskap för att värdera svar/information/kunskap?
- Värdera kunskap och information utifrån källor du valt ut med hjälp av källkritik.



AI I FRAMTIDEN



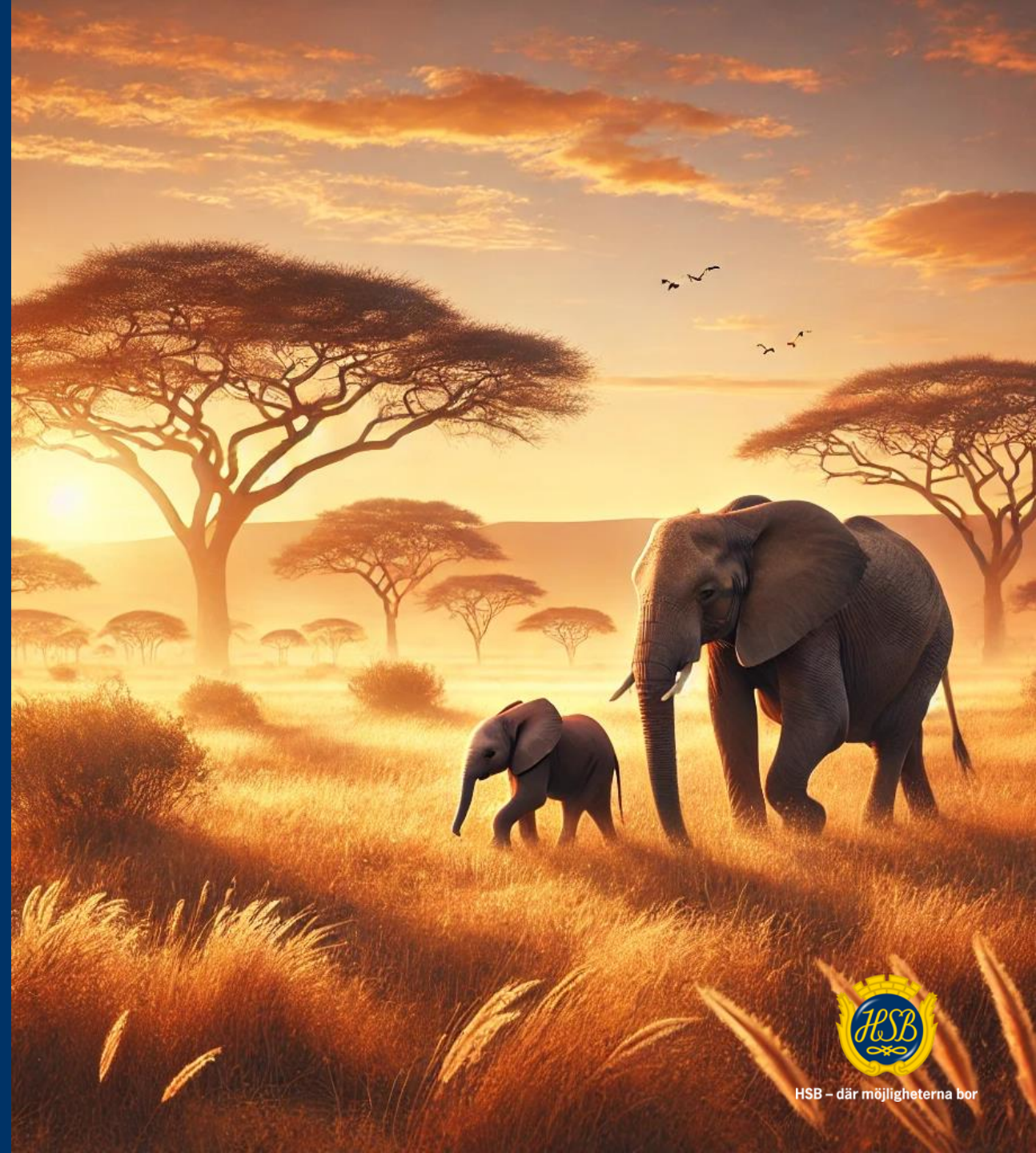
DJUR, MÄNNISKOR OCH AI

AI lär sig som vi – men i en helt annan skala.

Människor lär sig genom böcker och erfarenheter, men AI lär sig globalt i realtid. Med större processorkraft och obegränsad tillgång till data utvecklas AI snabbare – och snabbare.

- Djur lär sig lokalt, från föräldrar och flock, begränsade till sin miljö.
- Människor lär sig globalt, genom böcker och internet, men är fortfarande begränsade av tid och kapacitet.
- AI lär sig exponentiellt, från all tillgänglig data, utan begränsningar.

Snart kan AI samla och skapa kunskap utan människan – likt hur vi samlar kunskap bortom naturens gränser.



HSB – där möjligheterna bor

AI I FRAMTIDEN

Framtida funktioner:

- Förbättrad självinlärning.
- Emotionell intelligens.
- Autonoma system – ex. självkörande bilar

Hur AI fungerar i framtiden:

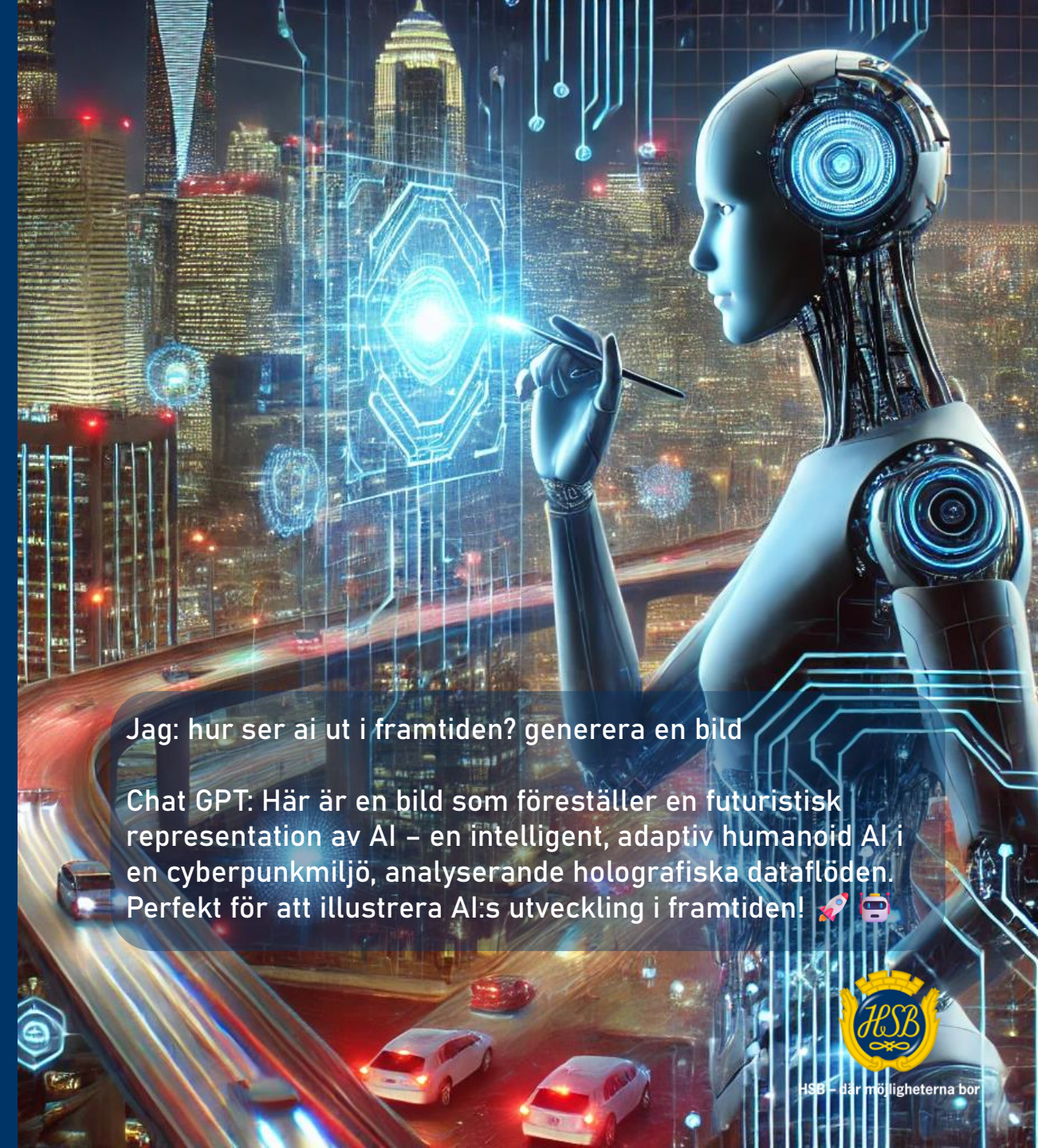
- Realtidsanalys för snabba precisa beslut.
- Sjävlärande och anpassningsbar.
- Processorkraften blir större och större.

Utmaningar:

- Etiska utmaningar.
- Behov av ramverk och riktlinjer.
- Risk för missbruk och säkerhetshot.

Jag: hur ser ai ut i framtiden? generera en bild

Chat GPT: Här är en bild som föreställer en futuristisk representation av AI – en intelligent, adaptiv humanoid AI i en cyberpunkmiljö, analyserande holografiska dataflöden. Perfekt för att illustrera AI:s utveckling i framtiden! 🚀 🚗



HSB – där möjligheterna bor

HUR KOMMER AI PÅVERKA SOCIAL HÅLLBARHET?

- Inkluderande stadsplanering – AI analyserar boendemönster och hjälper till att skapa jämlika och trivsamma bostadsområden.
- Förbättrad tillgänglighet – AI-stödda system identifierar och löser hinder för äldre och personer med funktionsvariationer.
- Trygghet och gemenskap – AI kan förbättra social interaktion genom smarta delningstjänster och övervakning av gemensamma utrymmen.
- Hållbara boendemiljöer – AI optimerar användning av resurser för att minska segregation och stärka lokalsamhället.



HSB – där möjligheterna bor

HUR KOMMER AI PÅVERKA BOENDET I FRAMTIDEN?

- Smart energioptimering – AI styr värme, el och vattenförbrukning för lägre kostnader och minskad miljöpåverkan.
- Automatiserad fastighetsförvaltning – AI förutser underhållsbehov och fel i byggnader innan de uppstår.
- Trygghet och säkerhet – Smarta system identifierar ovanliga rörelser och ökar tryggheten i bostadsområden.
- Personanpassade boendelösningar – AI hjälper till att anpassa boendemiljön efter invånarnas behov och livsstil.



HSB – där möjligheterna bor

ETISKA UTMANINGAR



as



TESLA AUTOPILOT

ETISKT DILEMMA – SJÄLVKÖRANDE BILAR

Scenario:

Din självkörande bil står inför ett val:

- Köra i diket och riskera ditt och passagerarnas liv.
- Köra rakt fram, bromsa, men riskera att köra på människor.

Beslutsfattande

- Algoritmen avgör – men vem har programmerat den? Den kanske är självupplärd?
- På vilka grunder fattas beslutet? Är grunderna olika på olika platser? Är grunderna olika beroende på vem som är bilen och vilka som står på vägen?

Ansvar

Är det tillverkarens, programmerarens eller din skyldighet?

- Vem bär ansvaret vid en olycka?

Vad tycker du?

De här frågorna behöver vi ställa oss själva i flera led när det gäller AI. Vem sätter reglerna och i vilket syfte?



HSB – där möjligheterna bor

PAUS MED FIKA



HSB – där möjligheterna bor

ATT ANVÄNDA AI SOM VERKTYG



AI-ANVÄNDNING I SVERIGE – VARNING FÖR ATT VI SKA HAMNA EFTER

29%

Har använt Chat GPT någon gång det senaste året.

29%

Vill inte använda AI alls. Ett snitt för alla åldrar.

60%

18-34 år har använt AI senaste året.

10%

65-84 år har använt AI senaste året.

AI OCH DIGITALA KLYFTOR

- AI som en demokratifråga – Förståelse för AI är viktig för att kunna delta i samhällsutvecklingen.
- Likhet med internetrevolutionen – Precis som internet förändrade informationsspridning kan AI omforma tillgången till kunskap.
- Risk för digitala klyftor – De som har tillgång till AI och kunskap om det får större fördelar, medan andra riskerar att hamna efter. Det gäller på individnivå, företagsnivå och global nivå.
- Behov av AI-kompetens – För att minska klyftorna behövs utbildning och digital kompetens för alla åldersgrupper.
- AI kan jämna ut skillnader – Om fler lär sig använda AI kan det minska kunskapsluckor och ge fler möjlighet att utvecklas.
- Internetstiftelsen med flera varnar – AI måste bli en inkluderande teknik, annars kan det förstärka ojämlikhet i samhället. AI-kommissionen varnar för att ett kompetenslyft för hela befolkningen är nödvändigt för att inte hamna efter globalt.



AI KAN HA EN STOR POSITIV INVERKAN – OM VI VILL.

AI:s möjligheter och inkludering

- Översättning – språk, kod och termer.
- Planera, strukturera och sammanfatta – dokument och mail.
- Läxhjälp och utbildning – anpassad för individen.
- Hushållshjälp – exempelvis handlingslistor och måltidsplanering.
- Kreativt bollplank och juridiska frågor.

AI kan bidra till en mer rättvis och inkluderande värld genom:

- Tillgänglighet – Digital information via text, tal och bild.
- Inkludering – Bättre kommunikation och gemensamt språk.
- Utbildning – Anpassat lärande och stöd i hemmet.

Genom att förstå AI:s möjligheter kan vi använda teknologin för att stärka samhället och skapa mer lika förutsättningar för alla.

29%

Vill inte använda AI
alls. Ett snitt för
alla åldrar.

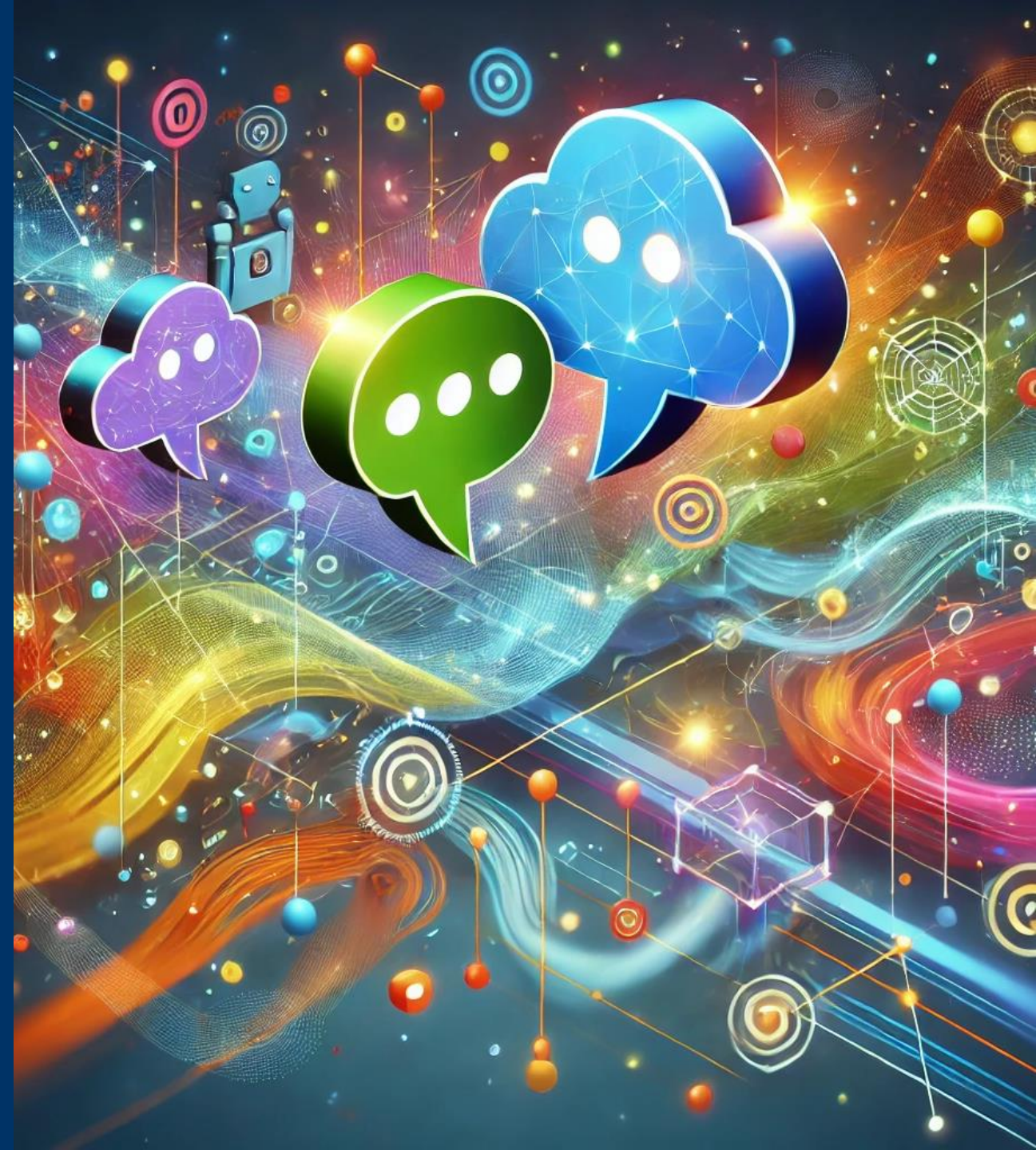


HSB – där möjligheterna bor

CHAT GPT

Chat GPT är en avancerad språkmodell skapad av OpenAI och lanserad 2020. Den är designad för att förstå och generera text på ett sätt som liknar mänskligt språk.

- Potential att förstå och producera mänskligt språk med hög precision och relevans.
- Enastående kapacitet. Använder avancerade algoritmer för att klara sina uppgifter och kräver mycket processorkraft för att fungera. Utvecklas med nya modeller hela tiden.
- Kraften går att applicera på olika områden – om du vet hur. Det enklaste sättet är att bygga en egen GPT.



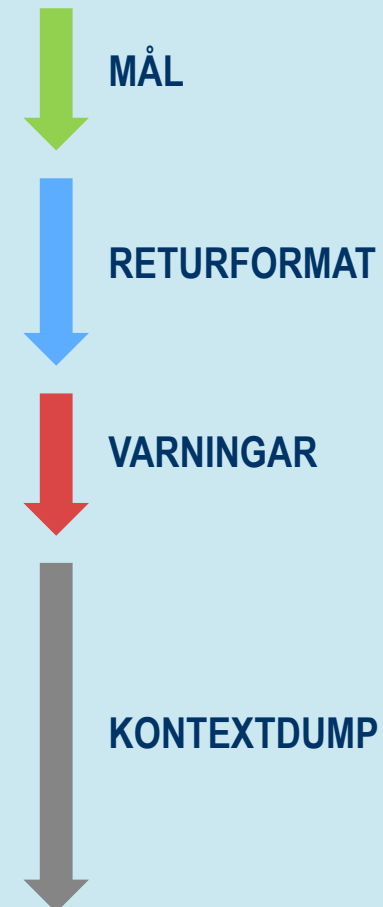
PROMPTA



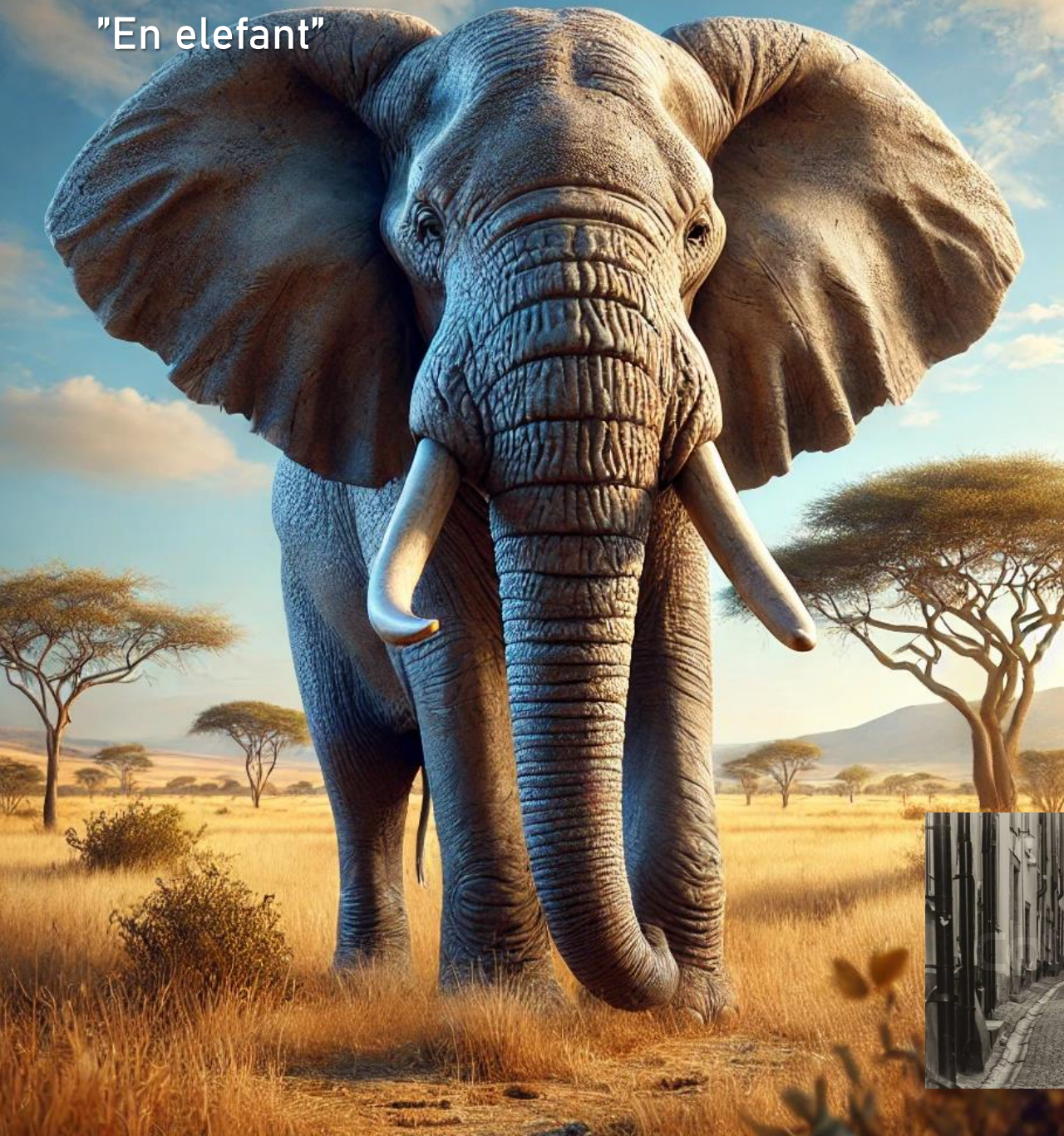
HSB – där möjligheterna bor

ANATOMIN AV EN PROMPT I OPEN-AI

- Jag vill ha en lista över de bästa åtgärderna en brf kan vidta för att sänka sina driftkostnader utan att kompromissa med boendekvaliteten. Varje åtgärd bör vara kostnadseffektiv, långsiktigt hållbar och möjlig att genomföra i en genomsnittlig brf.
- För varje åtgärd, returnera en kort beskrivning, den uppskattade besparingspotentialen, eventuell initialinvestering som krävs, samt exempel på brf:er som har genomfört liknande initiativ med framgång. Returnera de fem mest effektiva åtgärderna.
- Var noga med att säkerställa att åtgärderna är relevanta för svenska brf:er, att de följer gällandelagstiftning och att de kan genomföras utan omfattande juridiska hinder.
- För kontext: Jag sitter i styrelsen för en brf och vi ser just nu över våra kostnader. Vi har redan bytt till LED-belysning i gemensamma utrymmen och infört individuell matning av el och vatten, men vi letar efter fler smarta lösningar. Vi är särskilt intresserade av energieffektivisering, optimering av avtal och underhållsrutiner som kan ge långsiktiga besparingar. Vi vill också säkerställa att våra åtgärder gynnar alla boende och att vi inte genomför besparingar som leder till försämrad trivsel eller standard i fastigheten.



"En elefant"



Mål:

Jag vill ha en bild av en elefant som står på en kullerstensgata i Gamla Stan, Stockholm.

Format:

Bilden ska ha stilen av ett gammalt fotografi, inspirerat av fotografen Anton Corbijn. Den ska efterlikna en tidig 1900-talsbild med en dämpad färgskala och en filmkornig textur.

Varningar:

Se till att bilden verkligen ger en känsla av det tidiga 1900-talet, och att den visuellt efterliknar Anton Corbijns stil med rätt tonalitet och ljusbehandling. Bilden ska vara historiskt trovärdig.

Kontext:

Den här bilden är avsedd för konstvetare som studerar fotografiets utveckling och bildkomposition. Jag vill att den framkallar en känsla av nostalgi och mystik, som om den är en autentisk bild från förra sekelskiftet. Texturen ska vara subtil men tydlig nog att ge en filmisk kvalitet. Gamla Stan ska vara tydligt igenkännbar genom sin arkitektur och atmosfär. Se referensbild för inspiration.



HSB - där möbelskåparna bor

GPT – GENERATIVE PRE-TRAINED TRANSFORMER

GPT är en AI-modell som kan generera text, besvara frågor och analysera språk baserat på sitt tränade innehåll.

Du skriver en instruktion och bifogar eventuell data. Varje gång du öppnar din GPT är den redan förtränad på sin uppgift som du har till den.

En GPT kan vara mer eller mindre avancerad.





DATA



INSTRUKTION

...För att säkerställa att gpt genererar korrekta och konsekventa svar om syrelsearbete, följ riktlinjerna i de bifogade dokumenten och valda källor...

Är vanligtvis väldigt lång och detaljerad.



HSB – där möjligheterna bor



STYRELSESUPPORT GPT

EN AI-DRIVEN CHAT



HSB – där möjligheterna bor

STYRELSESUPPORT GPT

- Tillgänglig och användarvänlig.
- Snabb och pålitlig *rådgivning*.
- Effektiviserar styrelsearbetet.
- Stärker kunskap.
- Framtidssäkrar HSB:s styrelser och HSB-ledamöter.
- Ladda upp bilder, dokument och prata med den.
- GDPR



LÅGT HÄNGANDE FRUKTER



5 SAKER NI KAN GÖRA REDAN IDAG

- Analysera/granska dokument.
- Skriva e-post, informationsblad eller texter till er hemsida.
- Använda **Styrelsesupport GPT**.
- Översätta språk (röststyrning eller text).
- Utbilda er! Bara att ni är här idag gör att ni ligger i framkant. Fortsätt vara nyfikna.



**NÄR NI ANVÄNDER AI I ERT STYRELSEARBETE, OCH I VARDAGEN, KAN NI
EFFEKTIVISERA PROCESSER, FATTA BÄTTRE BESLUT OCH
FRAMTIDSSÄKRA ER BRF.**

**BARA GENOM ATT ANVÄNDA AI LITE PÅ RÄTT SÄTT GÖR NI STOR
SKILLNAD I ERT DAGLIGA ARBETE.**

