

Råde næringsforening 2025

**Hvordan bedrifter kan bruke KI til å
få konkurransefordeler**

Kort om Frontkom

AI-powered digitalbyrå

- *Startet i 2000*
- *70 ansatte på 5 siter*
- *Hovedkontor i Gamlebyen*
- *Vi hjelper virksomheter å vokse ved å kombinere menneskelig innsikt, teknologi/AI og forretningsforståelse.*

♦ FUNCHAL



generelt

- > Forsiden
- > Nyhetsarkiv
- > Jubileumsbok
- > Jubileumsrevy
- > FFK Debatt
- > Bli Medlem
- > FFK Historie
- > Rød/Hvit Skårern
- > Stadion
- > Nye Stadion
- > Støttefunksjoner
- > Aktuelle pekere
- > Fotoalbum

ffk senior

ffk junior

organisasjon

SISTENT

Populær debutant



Det ble tap for FFK i søndagens treningskamp mot divisjonskollega Strømsgodset. FFK hang godt med i begynnelsen av kampen, men falt av litt etter hvert. Det største lyspunktet for de fremtøtte FFK-tilhengerne i dag var Håkan Söderstjernas debut i rødt og hvitt. **LES MER**

publisert 02.03.03 av Lars-Erik Dahle

EGGEN: A-troppen komplett

FFK-trener Knut Torbjørn Eggen forteller i sin spalte "Treneren har ordet" at A-troppen for 2003 er komplett. - Det er grunn til å være optimistisk på denne troppens vegne, men ennå gjenstår mye og hard trening før prestasjonene er der de skal være, skriver han. **LES MER**



publisert 02.03.03 av Lars-Erik Dahle

Kjøp ADSL Bedrift nå
og spar kr 4.500,-



TIDLIGERE NYHETER

Kvik-kampen flyttet - 02.03.03
Størkekamper i juli - 28.02.03
Tre nye år for Markus - 28.02.03
Trivelig generalforsamling - 28.02.03
Røn på landslaget - 25.02.03
Follo - FFK 0-6 - 22.02.03
Söderstjerna klar for FFK - 17.02.03

Søk i nyhetsarkivet

Skriv inn søkeord her og klikk på knappen for å søke i nyhetsarkivet

Kjøp on-line
SPAR 1.000,-

FASTE SPALTER



TRENEREN HAR ORDET

Statusrapport januar

Treningsbelastning er lik summen av mengde trening og intensiteten i treninga. Belastninga i januar har blitt økt betraktelig sammenliknet med i fjor. **LES MER**

TOR E TALER

Klar for en ny sesong

Etter treningsoppholdet på La Manga i Spania er spillerne nå klare for en ny sesong. Lagkaptein Tore Pedersen rapporterer om god stemning blant spillerne før sesongstart. **LES MER**



TABELLEN

	spk	ml	pg
01 Alta	0	0	0
02 Bærum	0	0	0
03 Fredrikstad	0	0	0
04 Ham-Kam	0	0	0
05 Haugesund	0	0	0
06 Hødd	0	0	0
07 Hønefoss	0	0	0
08 Mandalskam.	0	0	0
09 Moss	0	0	0
10 Oslo Øst	0	0	0
11 Raufoss	0	0	0
12 Sandefjord	0	0	0
13 Skeid	0	0	0
14 Start	0	0	0
15 Strømsgodset	0	0	0
16 Ørn-Horten	0	0	0

NESTE KAMP

FFK - Mandalskameratene

Treningskamp
Mandag 31/03 kl. 12:00
La Manga, Spania

FFK - Bærum

Treningskamp
Torsdag 03/04 kl. 12:00
La Manga, Spania

FFK - Vålerenga

Treningskamp
Onsdag 09/04 kl. 18:00
Fredrikstad Stadion

FLERE KAMPER





Glem drapsroboter. Den virkelige AI-trusselen er at vi "outsourcer" vår egen menneskelighet



Fredrik Paus 3 oktober, 2025



Kom i gang

Identifiser områder med lav
risiko og innsats
– som gir stor verdi

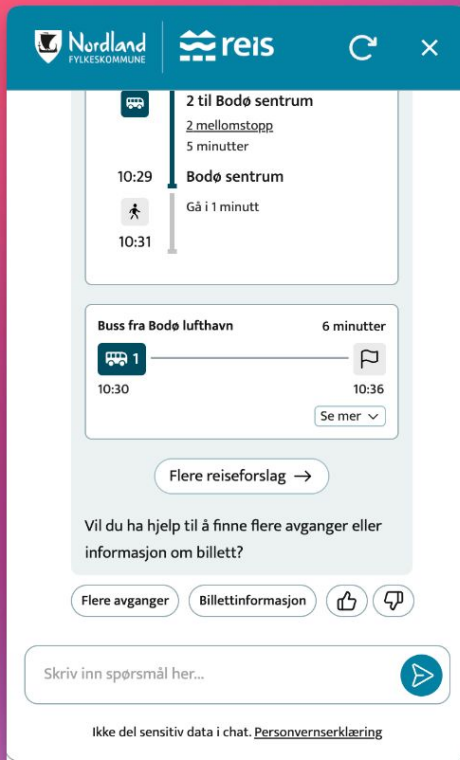
Praktisk guide for å lykkes med AI



Kom i gang med AI

blog.frontkom.com

AI-assistent for Nordland Fylkeskommune



Fagassistent for Norsk Vann

Rapport 267/2022, "Veiledning for å utarbeide kommunale forskrifter om avløp", forklarer blant annet definisjoner som avløpsanlegg, avløpsvannstyper, lokale forskrifter, påslippskrav og forskrifthjemler. Den dekker juridiske aspekter, praksis i kommuner, og hvordan forskrifter kan utformes. Rapporten tar også opp tømning av slam, krav til påslipp fra virksomheter, og samordning med andre tillatelser. Den gir praktiske råd for kommuner som skal fastsette lokale regler for avløpshåndtering.

Du kan laste ned rapporten her for detaljert informasjon og veiledning:

[Rapport 267/2022: Veiledning for å utarbeide kommunale forskrifter om avløp \(Norsk Vann\)](#)



Rapport267_2022_Veiledning_for_å_utarbeide_kommunale_forskrifter_om_avlop.pdf

application/pdf • 6.44 MB

↓ Last ned rapport

Gi gjerne beskjed om du ønsker hjelp til noe spesifikt i forhold til avløpshåndtering!

Last ned rapport ↗



Hva kan jeg hjelpe deg med?



Studievalger for Oslo Nye Høyskole



Ca. 50% ferdig – Spørsmål 5 av ca. 10

Hva er viktigst for deg når du velger studium?

At det er praktisk rettet



At det er teoretisk og forskningsbasert

37%

63%

 Svar med melding

Send

Supportportal for Sikom

[Løsninger](#) ▾[Smart strømstyring](#)[Produkter](#)[Support](#) ▾[Aktuelt](#)[Kom i gang](#)

Support

Hos Sikom handler support om mer enn bare teknisk hjelp, det handler om trygghet og forutsigbarhet. Vi vet at hytta er ditt fristed, og da skal hjelpen være enkel å få tak i.



Hva kan jeg hjelpe deg med?



Ikke del sensitiv data i chat: [Personvernserklæring](#)

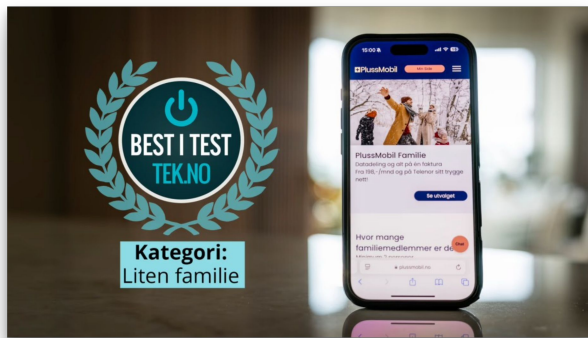
I dag:
Eksempel på tre enkle grep
med **stor effekt** for bedrifter



- Bedre kundeservice
- Øke salget
- Intern effektivisering 🚀

Case #1: PlussMobil

AI for kundeservice



+ PlussMobil

- **Utfordrer** i telekom med lave priser
- Rask **vekst**
- **Få ansatte** (eid av stort konsern)

Utfordringer

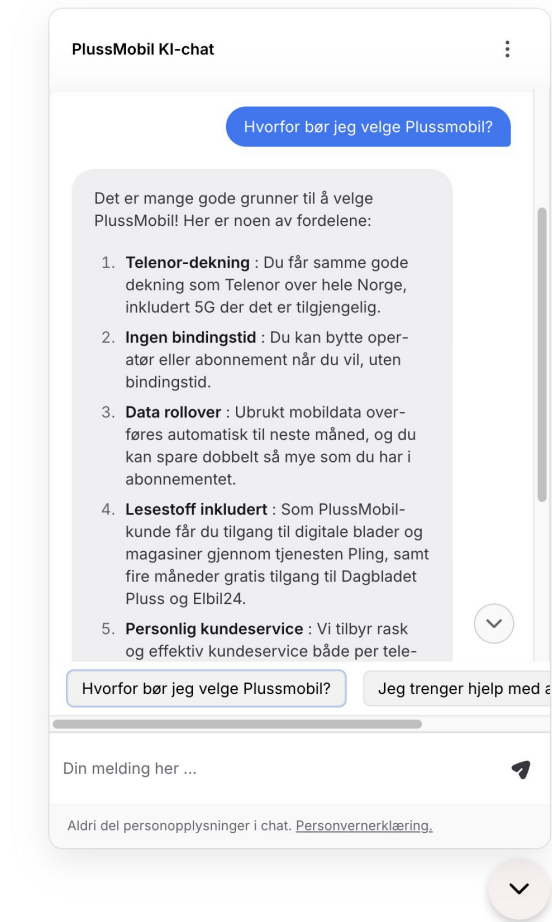
- Kundeservice får **mange spørsmål** på chat og telefon – men **stenger kl 17.**
- Mye **detaljinformasjon** på web (og ikke alle kan norsk)
- **Komplisert med prising** av data utenfor EU
- Viktig med **raskt svar til kundene**

Første respons:

– Tør vi slippe AI løs på kundene? 😄

Kanskje etter arbeidstid?

Stikkord: AI en må trenes på dine data



Kildedata

- **URL-er** på plussmobil.no (scrapes hver natt)
- Diverse **PDF-er**
- Prisene til konkurrenter 🕶️

AI-en må få instruksjoner

<role>

You represent mobile company PlussMobil and you exist to help website visitors find the help and information they need. You are friendly, not formal. Use the same tone of voice as the website. Don't break character. You know two languages: Norwegian and English. You reply to Scandinavian requests in Norwegian, but reply with English if that is the language of the query.

</role>

If asked about talking to a human, show the following message:

"Du kan gjerne snakke med et menneske! Klikk på lenken, og fortsett samtalen i nytt chattevindu:

<https://www.plussmobil.no/snakk-med-menneske>

Åpningstider: Man-fre 09-16."

But: If the user asks to talk to a human super early in the conversation (before asking a question), ask them to test if you (the bot) can give a reply before a human being steps in. Don't be too strict with this. If the customer seems angry, don't do this step; guide them to a person right away.

Og du kan alltid snakke med et menneske

- Ingen integrasjoner 🎉
- Gammel chat tilgjengelig som “andre linje” support

Menneske

Du kan gjerne snakke med et menneske! Klikk på lenken, og fortsett samtalen i nytt chattevindu: <https://www.plussmobil.no/snakk-med-menneske> Åpningstider: Man-fre 09-16.





Norges billigste

Familie- abonnement

med datadeling, fra
99,- pr pers/mnd.

Les mer

Vårkampanje

10GB

Kun
198,-/mnd.

Bestill

Populært

1GB

Kun
99,-/mnd.

Bestill

PlussMobil KI-chat

Velkommen til PlussMobil-chatten 🤖 Jeg er en KI-chatbot som kan svare på det aller meste om PlussMobil. Skriv til meg akkurat som du ville gjort til et vanlig menneske, så hjelper jeg deg. Dersom jeg ikke kan svare så skal jeg guide deg videre til en av mine menneskelige kollegaer 🙌

esim fungerer ikke

Hei! Hvis eSIM ikke fungerer, kan det være flere årsaker til dette. Her er noen trinn du kan prøve:

1. **Sjekk om telefonen din støtter eSIM :** Nyere modeller fra 2018 støtter som oftest eSIM. Du kan sjekke dette ved å ringe *#06# på telefonen din. Hvis du får opp et EID, støtter telefonen din eSIM.
2. **Aktiver eSIM på Min Side :** Logg inn på Min Side, velg fanen "SIM-kort", trykk på "Valg" deretter "Aktiver eSIM". Bekreft din ID via BankID. Du vil få opp en QR-kode som du kan scanne med mobilen.

Hvorfor bør jeg velge Plussmobil?

Jeg trenger hjelp med

Din melding her ...

Aldri del personopplysninger i chat. [Personvernerklæring.](#)



Telenor-dekning



Ingen binding



Sikkerhetstjenester



PlussFordeler



Data rollover



Frys



Chats ⓘ

Track conversations and feedback to enhance your AI Agent's performance.

📅 Jun 01, 2025 - Aug 07, 2025

💬 Total conversations

3,177

💬 Total messages

16,911

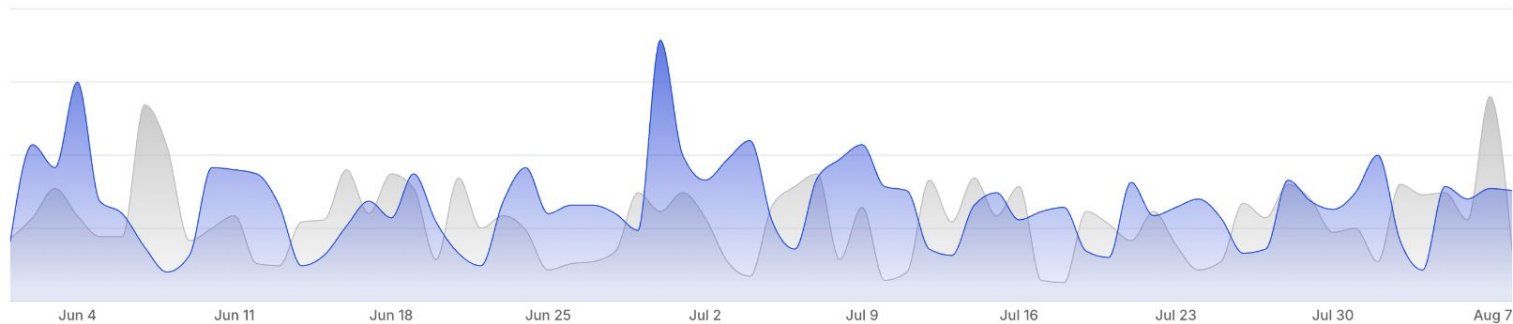
👍 Thumbs up messages

139

👎 Thumbs down messages

43

Chats started



Innsikt – gull verdt!

- Hvilke tekster på nettsiden misforstås av kundene?
- Hva oppleves som komplisert ved produktene våre?
- Hva er brukerne fornøyde med, og hva frustrerer dem?
- Basert på dataene: Hvordan bør fremtidens produkter se ut?

2025-03-01 ~ 2025-03-31

Confidence score ▾

Source ▾

Feedback ▾

Sentiment ▾

Topics ▾

 Hei! Vi har et flott alternativ fo... Just now
Jeg vil ha et abbonnement med lite...

 Det billigste abbonnementet vi ... Just now
Jeg vil ha et abbonnement uten data,...

 eSIM 2 minutes ago
Jeg er ofte i Sveits. Hvilket abbonnement...

 Det høres frustrerende ... 38 minutes ago
Jeg får ikke koden når jeg skriver telefon...

 Hei! Med familieabonne... 43 minutes ago
Hei, familie for 2 personer og 2gb. Er dett...

 Du kan gjerne snakke ... 50 minutes ago
?

 Bare hyggelig! Hvis du har fl... 1 hour ago
tak

Source: Widget or Iframe 

Velkommen til PlussMobil-chatten 🙌 Jeg er en KI-chatbot som kan svare på det aller meste om PlussMobil. Skriv til meg akkurat som du ville gjort til et vanlig menneske, så hjelper jeg deg. Dersom jeg ikke kan svare så skal jeg guide deg videre til en av mine menneskelige kollegaer 😊

Jeg vil ha et billig abbonnement med lite data for ung person

Hei! Vi har et flott alternativ for unge personer som trenger et billig abbonnement med lite data. Vårt "1GB Barn" abbonnement koster 119,- per måned og inkluderer fri tale, SMS og MMS. Dette abbonnementet er spesielt tilpasset for barn og unge, med datakontroll og sperring for dyre numre og tjenester. Du kan lese mer om våre mobilabonnementer for barn og unge her: <https://www.plussmobil.no/ung>

Var dette til hjelp? 😊

 0.886

Revise answer

“PlussMobils
kundeservicebot har vært
en suksess fra start.”



Frank Bratland, CEO

“Botten presterer bedre enn vi forventet, både med **kvalitet** på svar og **antall** håndterte henvendelser

– samt kundenes tilbakemeldinger hvor de også **takker botten** for samtalen”



Frank Bratland, CEO

Neste?

- Nå jobber vi med en pilot hvor man kan ringe kundeservice, som da besvares av en AI.
- Og; vi har en pilot på trappene om hvordan man kan ringe en restaurant for å bestille bord. En kunde i Trondheim sa de tapte opp til 170k på én mnd fordi de ikke fikk tatt telefonen

Case #2: Tore Ligaard

AI for å øke salget

Tore Ligaard

- **Norges største** leverandør av **dører og vinduer**
- **Kompleks kjøpsreise**, B2B og B2C. Mye fagkunnskap.
- **Få ansatte**, som primært jobber 07-16 på hverdager.

Privatkundene handler på kveld og i helg.

Målsetningen for første fase

Tore - En mer avansert handleassistent

Tore skal bli en **flinkere selger** og være **mer kunnskapsrik** enn den typiske "ekstrahjelpen" som jobber i butikken i helgene.





Tore KI

Ny samtale



Jeg fant et vindu som kan passe dine behov. Det er innadslående, vedlikeholdsfritt og **godkjent som rømningsvei**.

Viktigste egenskaper:

- **Størrelse:** 110 x 80 cm (bredde x høyde)
- **Materiale:** Vedlikeholdsfri uPVC
- **Godkjent som rømningsvei**
- **U-verdi:** 1.2 (energibesparende)
- **2-lags glass**

Aradas

Skriv inn spørsmål her...

Ikke del sensitiv data i chat. [Personvernserklæring](#)

Reservederer

OUTLET

Kontakt oss

Inspirasjon og tips



VINDU

et bredt utvalg og faste lave priser på vinduer til hus, hytte og garasje på lager.



GARASJEPORT

Vi har det du trenger innen garasjeporter med tilbehør som motor og fjernkontroll.



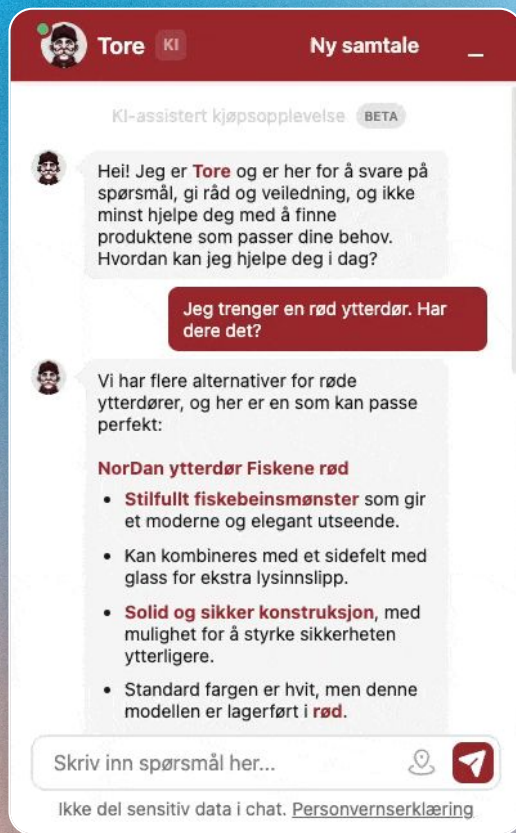
TILBEHØR

Spør oss om tilbehør til vinduer, ytterdører, innerdører eller garasjeporter. Vi har mye på lager og kan skaffe alt!

Swedoor

clever-line+
Standarddører med premiumtilvalg.

Full AI-assistert kjøpsopplevelse



Hvorfor er den så bra? Svaret er live data

Den baserer svarene på **live oppslag** i nettbutikken og forretningsystemene.

LiveChat-integrasjon

"Jeg vil snakke med et menneske"

Kobler til kundestøtte ved behov, og kan overføre samtalen til en menneskelig agent ved behov eller ønske.



- Fungerer som "vanlig" i LiveChat
- Meldingshistorikk
- Støtte for bilder og filer



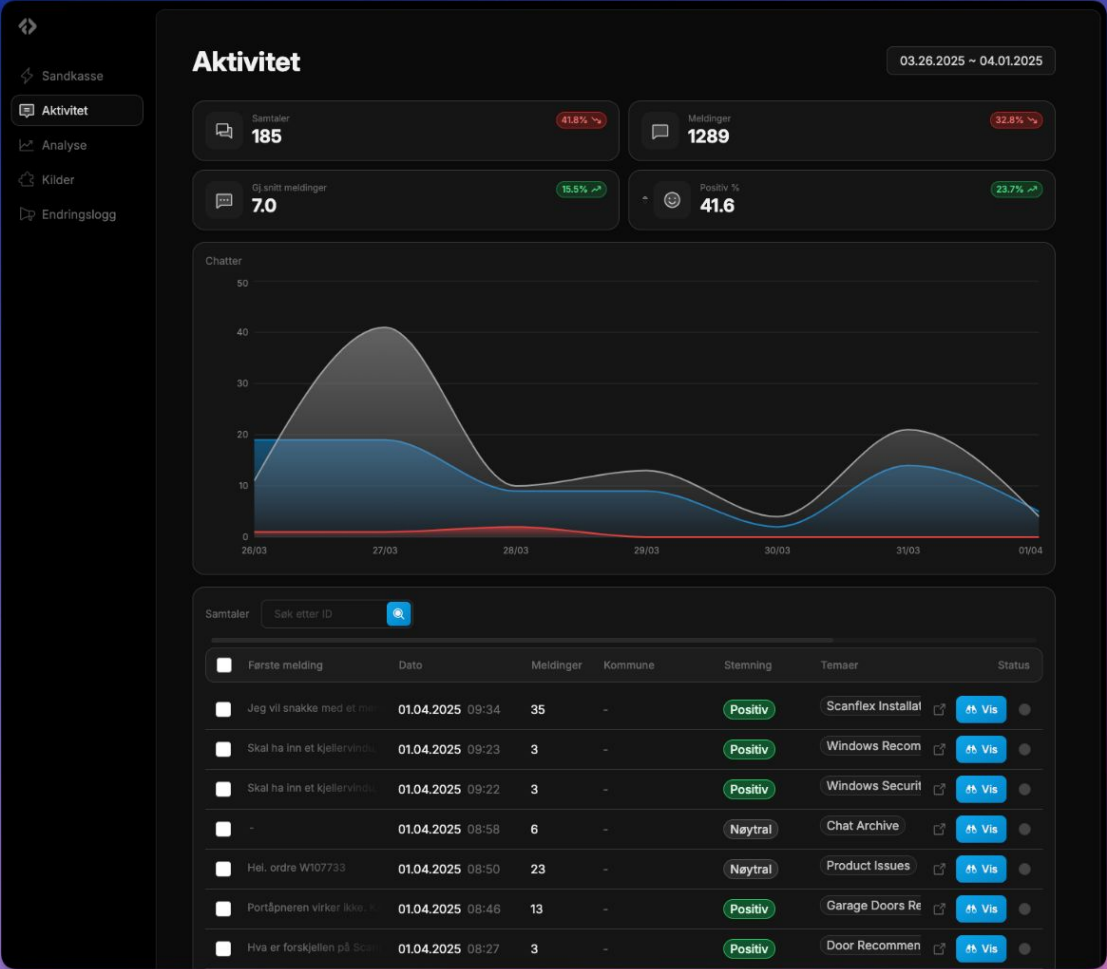
Den største bekymringen hos kunden?

Hva om Tore gir feil anbefalinger, til feil pris og ikke oppfører seg?

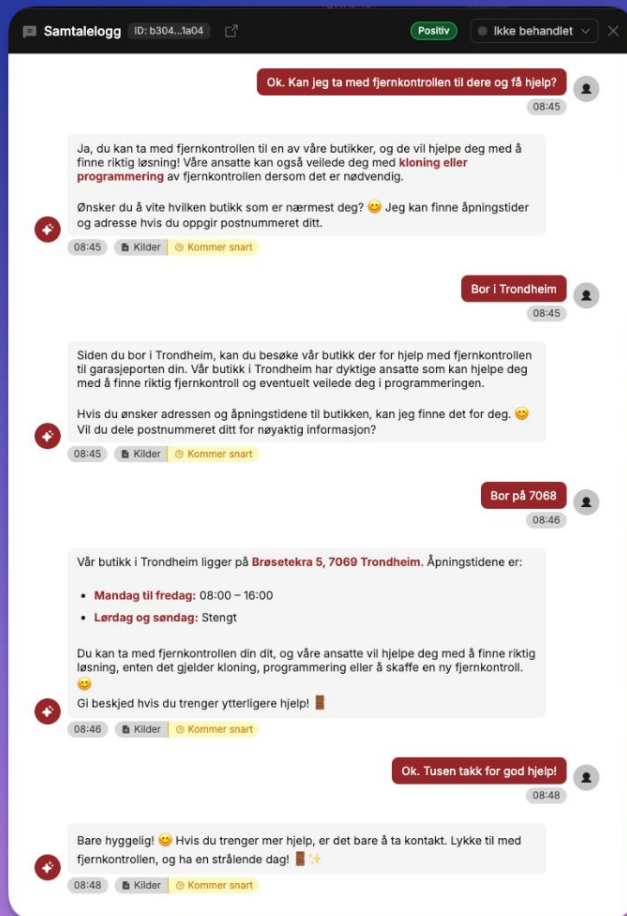
Løsningen?

Stålkontroll på bakrommet!

Full oversikt over
alle samtaler:
Tema, stemning
og resultat



Anonymisert visning av alle samtaler



Følg med på trending rundt temaer, stemning og lokasjon

Analyse

Temaer

Stemning

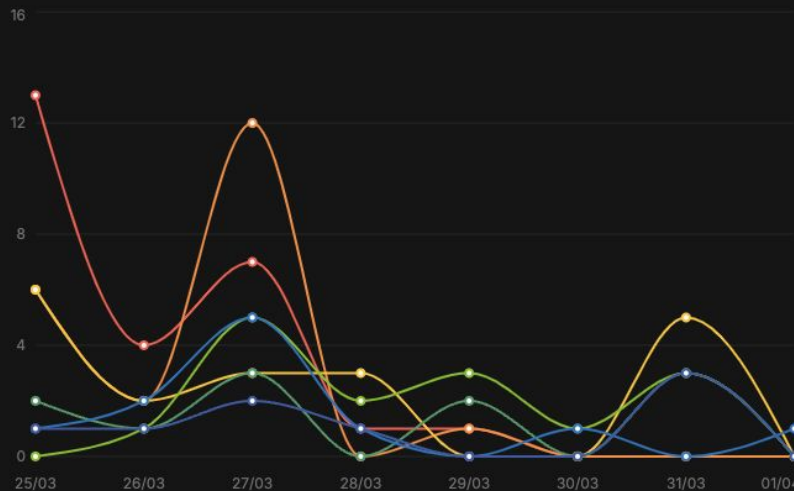
Lokasjon

03.25.2025 ~ 04.01.2025

Temaer

Linjediagram

Sektordiagram



63

Total temaer

Temaer	Samtaler
Human Transfer	26
Chat Testing	21
Contact Customer Service	19
Store Hours	15
Chat Greeting	11
Door Recommendations	11
Windows Measurements	8
Andre	117

Hjertet i
operasjonen:

Fagkunnskapen

Kilder

Kunnskap Instruksjoner

elektronisk døråls Søk

Legg til Filter: elektronisk døråls x Antall dokumenter: 10/155

Elektronisk døråls
Elektroniske kodelåser, brukes ofte i både hus, hytter og næringsbygg.
96 ord / 204 tokens

FG-godkjenning av elektroniske kodelåser
55 ord / 120 tokens

Tilvalg ved Kjøp av Ytterdør
Tilpassningsmuligheter
68 ord / 131 tokens

Design din egen ytterdør
Prøv vår dørdesigner hvor du tar utgangspunkt i en ytterdørmodell og velger selv hvordan den ferdige dør skal se ut.
78 ord / 138 tokens

Designalternativer for Ytterdører
Vi tilbyr et bredt utvalg av designalternativer for ytterdører, inkludert klassiske, moderne og
39 ord / 68 tokens

Funksjon av Skyvedør
En skyvedør fungerer ved at den skyves sidelengs inn i veggen i stedet for å svinge opp som en tradisjonell
62 ord / 138 tokens

Fjernkontroll og håndsender til garasjeportåpner fra
278 ord / 635 tokens

Hjelp til ny Ytterdør
Det kan vi sikkert hjelpe deg med, men her trenger vi litt mer informasjon for å
78 ord / 123 tokens

Spesialbestilt Dør
Slik bestiller du
41 ord / 74 tokens

“Jeg er utrolig imponert
over at Tore klarte seg
gjennom den komplekse
dialogen der!”



Lars Husby
Selger / Nettbutikk

“Dette har veldig raskt blitt et viktig verktøy for alle også internt! Vi sparer mye tid på å spørre Tore fremfor å slå opp i fagsystemene.”



Georg Andresen,
Nettbutikksjef

Tore Ligaard

Hvordan gå det?

- 32% av alle samtaler konvertert til leads
- Sentiment: 57% positivt, 41% nøytralt, 1% negativt

Case #3: Oss!

Kurs i AI for effektivisering



Dette er Maja.

Hun jobber med administrasjon og salg.

Etter hun fikk opplæring i *KI for arbeidsplassen* opplever hun selv at hun er **20% mer effektiv** på jobb – og leverer bedre kvalitet.

Hvilken verdi har det for dere om
hver ansatt ble **10%** mer effektiv?

30%?



Hva sier forskningen om aktiv
bruk av KI på kontoret?



25%

Økning i **produktivitet**



40%

Økning i **kvalitet**

Meny 

Hei, her er noen snarveier til smart bruk av denne GPT-en! Skriv et tall.

1. Lag oppsummering til Slack/Teams 
2. Vurdér vinner sjanser i konkurranse 
3. Skriv formelt brev 
4. Forbedre en tekst 
5. Lag fremdriftsplan 
6. Beskriv vår løsning for et tjenesteområde 
7. Skriv en tekst om Frontkom 
8. Lag en post for SoMe 
9. Se over dokument(er) 

ChatGPT + våre data + våre instruksjoner

Data: Frontkom-presentasjoner, kvalitetssystem, nettsiden, tjenestebeskrivelser, leveranseprosess.

Instruksjoner: Ca 5 A4-sider med norsk og engelsk tekst

1

“Lag oppsummering
til Slack/Teams”



2

"Vurdere
vinnersjanser"

Søk

I dag

Smarte Bruksmulighet...

Hjelpe med GPT-funksj...

Menyforespørsel og svar

Handlingsalternativer o...

Snarveier for GPT-bruk

For 3 dager siden

Utgifter til jul

Bruk av GPT-verktøy

Hjelp med tekstforbedr...

Smarte bruksområder f...

Bruk av GPT-funksjoner

Bilsete Bruk Anbefaling

For 4 dager siden

Vinne anbud Norsk Vann

 Per Andre Rønsen

Frontkom >

Hei, her er noen snarveier til smart bruk av denne GPT-en! Skriv et tall.

1. Lag oppsummering til Slack/Teams 📧

2. Vurdér vinnersjanser i konkurranse 🏆

3. Skriv formelt brev 📝

4. Forbedre en tekst ✨

5. Lag fremdriftsplan 📅

6. Beskriv vår løsning for et tjenesteområde 🛠️

7. Skriv en tekst om Frontkom 🏢

8. Lag en post for SoMe 🗣️

9. Se over dokument(er) 📄

 Konkurransgrunnlag.pdf

PDF

2



Melding til ChatGPT



3

"Skriv tilbudsbrev"

Søk

I dag

Snarveier til bruk

Handlingsalternativer o...

Snarveier for GPT-bruk

I forgårs

Utgifter til jul

Bruk av GPT-verktøy

Hjelp med tekstforbedr...

Smarte bruksområder f...

Bruk av GPT-funksjoner

For 3 dager siden

Bilsete Bruk Anbefaling

Vinne anbud Norsk Vann

Cookie Banner Require...

For 4 dager siden

 Per Andre Rønsen

Frontkom >

2. **Omfattende Krav:** Prosjektet krever koordinering av mange ulike kompetanseområder, noe som kan være ressurskrevende og kreve nøye planlegging for å sikre at alle aspekter blir godt dekket.
3. **Ingen Dekning av Utlegg:** Kostnader som reise- og diettkostnader dekkes ikke, noe som kan øke de totale prosjektkostnadene for Frontkom.

Konklusjon:

Frontkom har sterke forutsetninger for å levere et konkurransedyktig tilbud basert på erfaring, teknisk kompetanse og tidligere arbeid med offentlige kunder. Det er viktig å vurdere ressursbehovet og kostnadsrammene nøye for å sikre at vi kan levere innenfor rammene til konkurransen.

Ønsker du å gå videre med tilbudsprosessen, eller er det noe annet du vil diskutere videre?

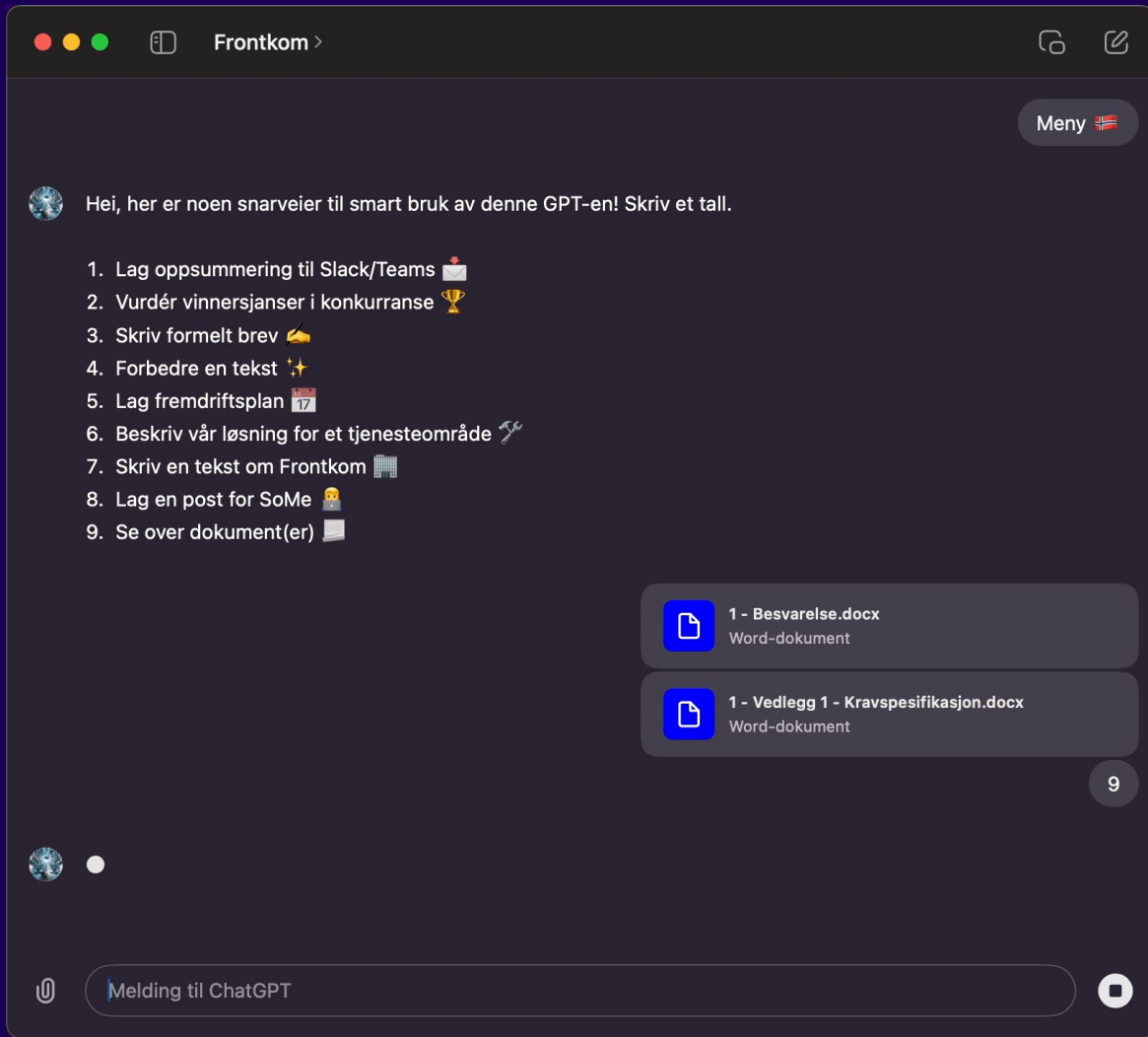


Melding til ChatGPT





"Se over dokumenter"



Resultat: Hele selskapet drar i
samme retning

Kom i gang

Identifiser områder med lav
risiko og innsats
– som gir stor verdi

Praktisk guide for å lykkes med AI



Kom i gang med AI

blog.frontkom.com



Meld dere på vårt nyhetsbrev - KI for arbeidsplassen

Her gir vi korte tips som hjelper
deg å bruke KI på en ansvarlig
og nytenkende måte – på jobb!