

# Oppdag mulighetene med Claude Cowork

End

8. september 2026

**Henrik Ruud**  
Strategisk leder og rådgiver



**Arne Berg**  
Manager & fagleder data & AI



**Arthur Nesse**  
AI-ekspert, konsulent og kursholder



# Agenda

Intro

Mulighetsrommet

6 geniale bruksområder del 1

Pause

6 geniale bruksområder del 2

Slik lykkes du

Lunsj

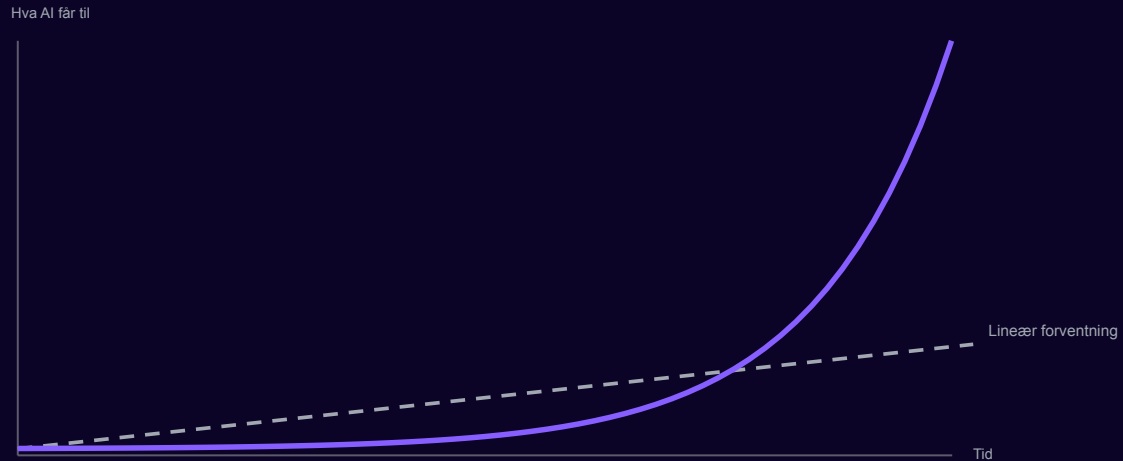
**Denne presentasjonen  
er laget med EI og AI**

**Vi tar opptak og bilder**

**Still spørsmål, men inspirasjonsseminar**



# Utviklingen er vanvittig 🤯





**Hvem har koblet AI opp mot et kjerne  
eller fagsystem?**



Hvem har latt AI gjennomføre en  
jobb i et kjernesystem?



**Hvem har en dataplattform  
AI kan jobbe med?**

# Vi forenkler, effektiviserer og skaper fortrinn med teknologi

**AI-først  
Strategiske  
Teknologisterke  
Agnostiske  
Helhetlige**



**50 rådgivere,  
designere og  
utviklere**



**ISO27001  
Miljøfyrtårn**

Om Frend – Vi er agnostiske og velger alltid teknologien som er best for dere. Dette er noe av teknologien vi er eksperter på:



# En helhetlig AI- og digitaliseringspartner



**Strategi  
og endring**



**AI og  
digitalisering**



**IT-drift  
og support**

# En helhetlig AI- og digitaliseringspartner



**Strategi  
og endring**



**AI og  
digitalisering**

Data

Skreddersydd AI

CRM

App og automasjon

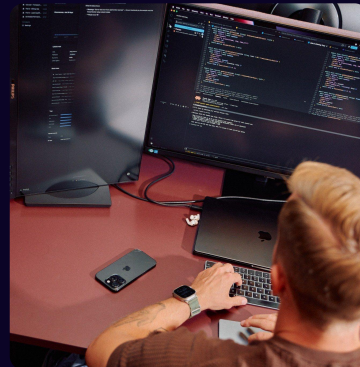
Sikkerhet

Digital arbeidsplass



**IT-drift  
og support**

# Våre AI-tjenester



Rådgivning



Adopsjon



Utvikling

# Agenda

Intro

## **Mulighetsrommet**

6 geniale bruksområder del 1

Pause

6 geniale bruksområder del 2

Slik lykkes du

Lunsj

# Alle bygger det samme

Microsoft



Anthropic



OpenAI



Google



# Alle bygger det samme

Microsoft



Anthropic



OpenAI



Google



Chat-assistent

Agentflate for alle ansatte

Kodeagent

Nettleseragent

Plattform for organisasjonen

Agentbygger

Modeller

# Alle bygger det samme

|                              | <div>Microsoft</div> <div></div> | <div>Anthropic</div> <div></div> | <div>OpenAI</div> <div></div> | <div>Google</div> <div></div> |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Chat-assistent               | Copilot Chat                                                                                                      | Claude                                                                                                             | ChatGPT                                                                                                          | Gemini                                                                                                           |
| Agentflate for alle ansatte  | Copilot Cowork                                                                                                    | Claude Cowork                                                                                                      | ChatGPT Work / Workspace Agents                                                                                  | Gemini Enterprise                                                                                                |
| Kodeagent                    | GitHub Copilot                                                                                                    | Claude Code                                                                                                        | Codex                                                                                                            | Antigravity / Jules                                                                                              |
| Nettleseragent               | Copilot i Edge                                                                                                    | Claude in Chrome                                                                                                   | ChatGPT Atlas                                                                                                    | Gemini i Chrome                                                                                                  |
| Plattform for organisasjonen | Agent 365                                                                                                         | Managed Agents                                                                                                     | Frontier Platform                                                                                                | Gemini Enterprise Agent Platform                                                                                 |
| Agentbygger                  | Copilot Studio                                                                                                    | Agent SDK · Skills · Plugins                                                                                       | Agent Builder                                                                                                    | Agent Studio                                                                                                     |
| Modeller                     | MAI + partnermodeller                                                                                             | Fable · Opus · Sonnet · Haiku                                                                                      | GPT-6 Astra · GPT-5.6 Sol                                                                                        | Gemini 3                                                                                                         |

# Hvilken AI-løsning er best?

# Hvilken AI-løsning er best? Det kommer an på deres...



**Systemer**



**Kontekst**



**Prosesser**



**Spisse behov**



**Krav til ansvarlig  
AI og sikkerhet**

# Claude-kartet

Arbeidsflater

Claude Chat



Claude Cowork



Claude Code



Claude Design



# Claude-kartet, det er mye å holde styr på!

## Arbeidsflater

### Claude Chat



### Claude Cowork



### Claude Code



### Claude Design



## Kontekst

## Tilkoblinger

## Modeller

## Resultat

# Claude-kartet, det er mye å holde styr på!

|               |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                     |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Arbeidsflater | Claude Chat                                                                       | Claude Cowork                                                                     | Claude Code                                                                         | Claude Design                                                                       |
|               |  |  |  |  |
|               | Kontekst                                                                          | Prompts                                                                           | Vedlegg og prosjekter                                                               | Skills                                                                              |
|               | Tilkoblinger                                                                      | Connectors (MCP)                                                                  | Plugins                                                                             | Claude in Chrome                                                                    |
|               | Modeller                                                                          | Fable 5.1                                                                         | Opus 5                                                                              | Sonnet 5                                                                            |
| Resultat      | Artifacts                                                                         | Dokumenter                                                                        | Handler i systemer                                                                  | Scheduled tasks                                                                     |

# Claude-kartet

Arbeidsflater

Claude Chat



Claude Cowork



Claude Code



Claude Design



**Leser:** På tvers av systemer

**Planlegger:** Agentisk

**Produserer:** Direkte i apper

**Handler:** I apper og systemer

**Kjører selv:** Automatisk og i skyen

# 6 geniale bruksområder



Planlegge og prioritere



Søke og finne



Analysere, rapportere og  
anbefale



Produsere og oppdatere



Forberede, notere og  
oppsummere møter



Automatisere og overvåke

# Ting kan kombineres



Planlegge og prioritere



Søke og finne



Analysere, rapportere og  
anbefale



Produsere og oppdatere



Forberede, notere og  
oppsummere møter



Automatisere og overvåke

# ... med 18 eksempler

ENKEL

VIDEREKOMMEN

AVANSERT



**Planlegge og prioritere**

«Hva bør jeg fokusere på i dag?»

Morgenbrief og ukesbriefing som skill

Porteføljeprioritering basert på data på  
tvers av systemer



Søke og finne



Analysere, rapportere og  
anbefale



Produsere og oppdatere



Forberede, notere og  
oppsummere møter



Automatisere og overvåke

# Agenda

Intro

Mulighetsrommet

**6 geniale bruksområder del 1**

Pause

6 geniale bruksområder del 2

Slik lykkes du

Lunsj

ENKEL

VIDEREKOMMEN

AVANSERT



**Planlegge og prioritere**

«Hva bør jeg fokusere på i dag?»

Morgenbrief og ukesbriefing som skill

Porteføljeprioritering basert på data på tvers av systemer



Søke og finne



Analysere, rapportere og anbefale



Produsere og oppdatere

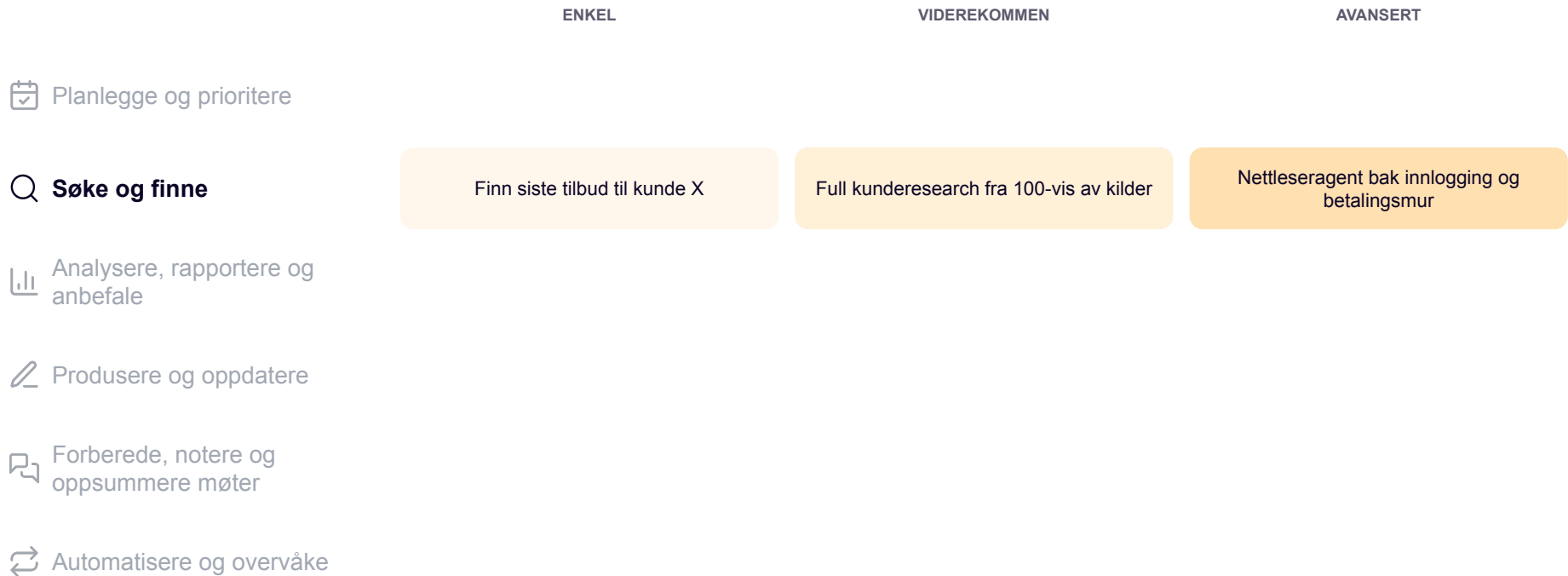


Forberede, notere og oppsummere møter



Automatisere og overvåke

**Hvordan kan du og dere bruke Claude Cowork til  
å planlegge og prioritere mer effektivt? 🤔**



**Hvordan kan du og dere bruke Claude Cowork til å  
søke og finne innsikt raskere og bedre? 🤔**

ENKEL

VIDEREKOMMEN

AVANSERT



Planlegge og prioritere



Søke og finne



**Analysere, rapportere  
og anbefale**

Status på prosjekt X på tvers

Key læring fra alle evalueringer

Dataplattformen som digital brain



Produsere og oppdatere



Forberede, notere og  
oppsummere møter



Automatisere og overvåke



# Hvem har en dataplattform/AI-hjerne?

# Dataplattform 101

# Dataplattform 101

## KILDESYSTEMER



## Dataplattform

### Samles

Alt inn, slik det kom



### Ryddes

Én kunde, ett prosjekt



### Modelleres

Ferdige tall, styrt tilgang



## BRUK



### AI som kjenner tallene

Spør, analyser, få anbefalinger

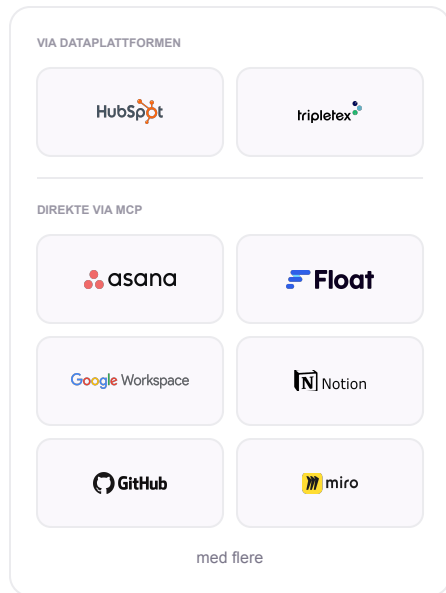


### Rapporter og dashboard

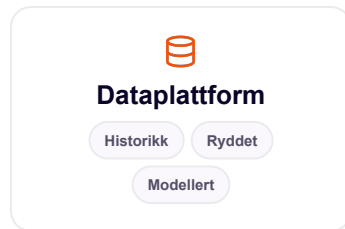
Samme tall for alle

# Slik henger det sammen hos oss

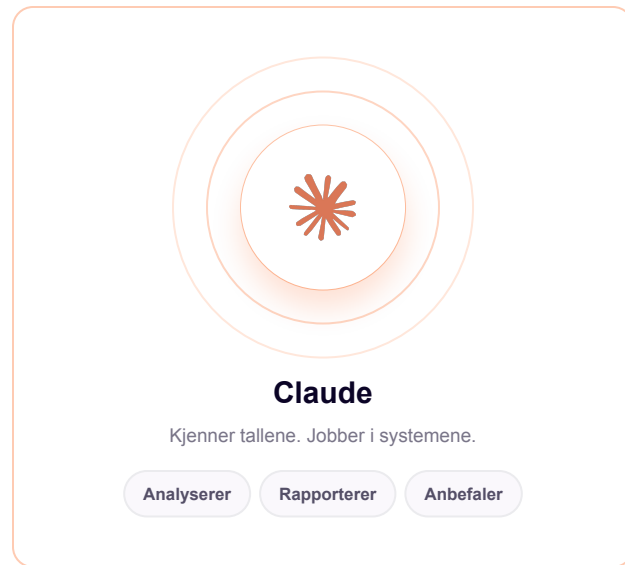
## 01 · SYSTEMENE VÅRE



## 02 · DATAPLATTFORM



## 03 · CLAUDE



SAMLER

FORSTÅR

SPØR OG HENTER DIREKTE

HANDLER · OPPDATERER DEAL, PROSJEKT OG TIMER

# Ferdighetene vi har gitt Claude

01 · VET

02 · LAGER

03 · GJØR



## Kontekst

Hvem vi er og hvordan vi jobber

Selskapet

Kundene

Rutiner

Tone og maler



## Rapporter

Skrives på faste maler

PL-rapport

KAM-rapport

Kunderapport



## Design

Alltid i Frend-stil

Presentasjoner

Dokumenter



## Handlinger

Skriver tilbake i systemene

Oppdater deal

Oppdater prosjekt

Timeføring



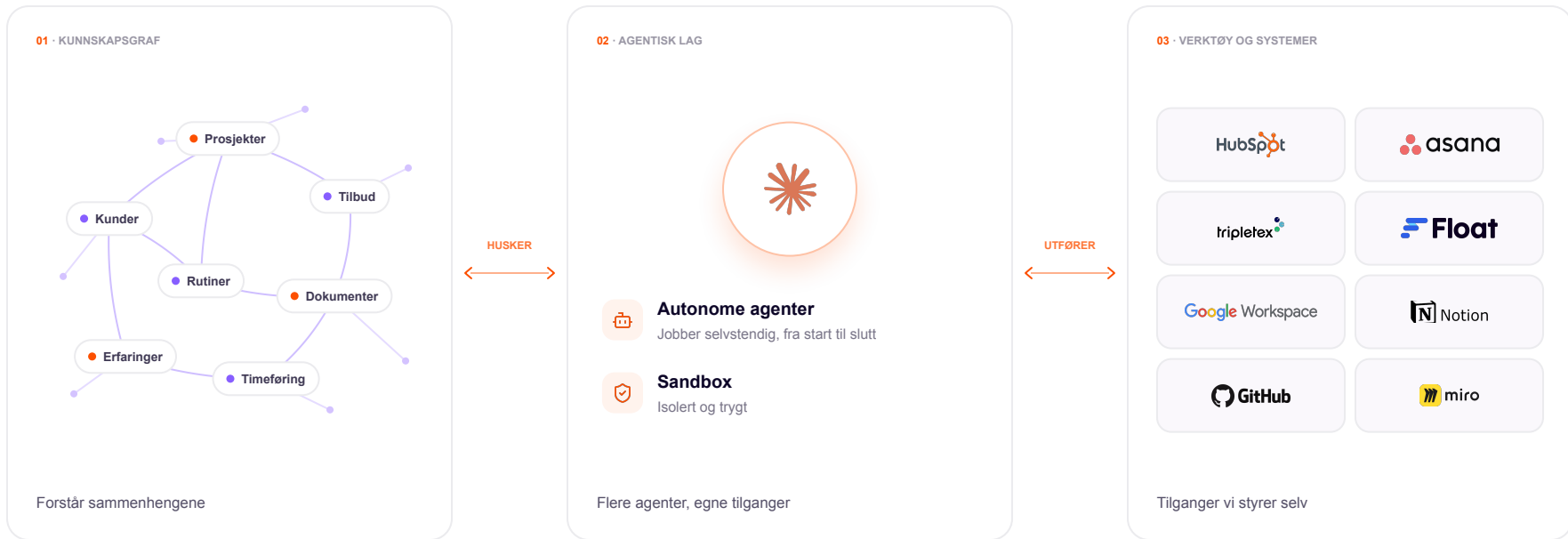
## Varsler

Sier fra selv

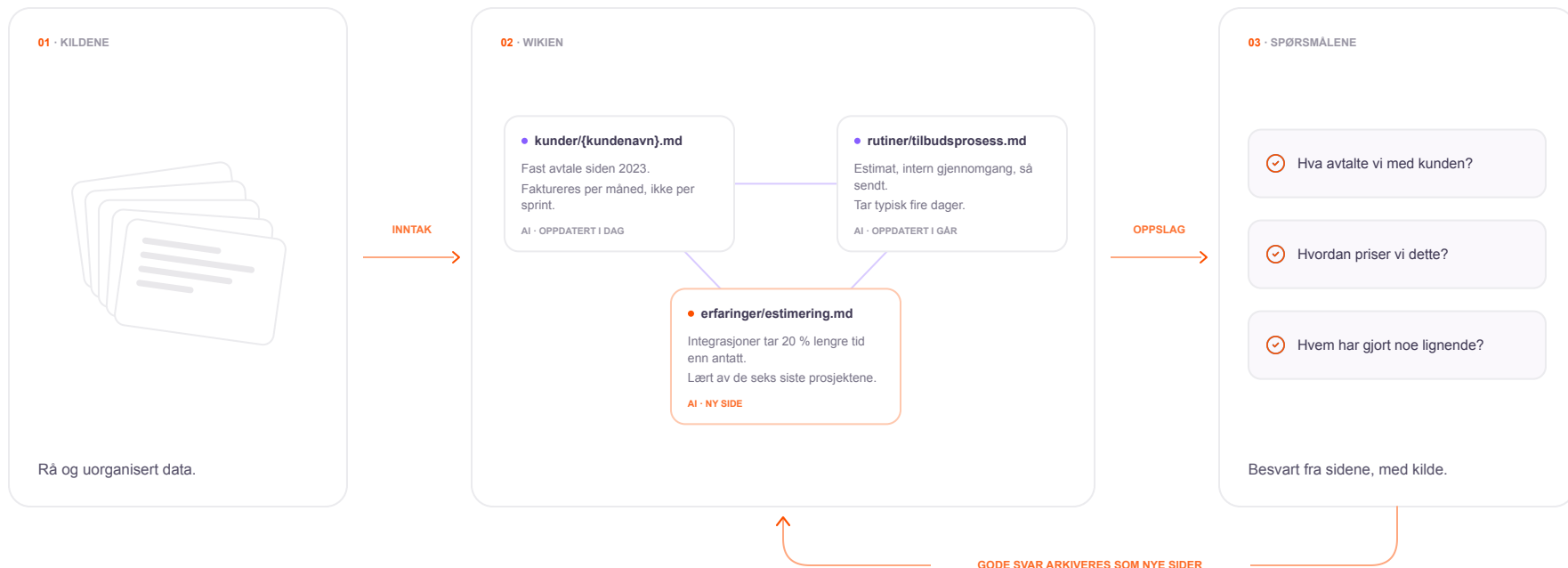
Nyheter om kunder

Manglende data

# Neste steg: Agentic Brain



# Agenten leser, skriver og rydder selv. Og blir bedre over tid



**Med en dataplattform får du  
*mye* bedre svar og nye muligheter  
og bygger en agnostisk AI-hjerne**



**Hvordan kan du og dere bruke Claude Cowork  
til å analysere, rapportere og anbefale på  
tvers av systemene deres? 🤔**

# Spørsmål?

# Agenda

Intro

Mulighetsrommet

6 geniale bruksområder del 1

**Pause**

6 geniale bruksområder del 2

Slik lykkes du

Lunsj

# Agenda

Intro

Mulighetsrommet

6 geniale bruksområder del 1

Pause

**6 geniale bruksområder del 2**

Slik lykkes du

Lunsj



**Hvordan kan du og dere bruke Claude Cowork til å produsere og oppdatere? 🤔**

ENKEL

VIDEREKOMMEN

AVANSERT



Planlegge og prioritere



Søke og finne



Analysere, rapportere og anbefale



Produsere og oppdatere



**Forberede, notere og oppsummere møter**



Automatisere og overvåke

Finn ledig tid for X personer

Transkripsjon → referat → oppgaver →  
e-post

Møtet oppdaterer CRM selv

**Hvordan kan du og dere bruke Claude Cowork til å forberede, notere og følge opp møtene deres? 🤔**

ENKEL

VIDEREKOMMEN

AVANSERT



Planlegge og prioritere



Søke og finne



Analysere, rapportere og anbefale



Produsere og oppdatere



Forberede, notere og oppsummere møter



**Automatisere og overvåke**

Innboks-sjekk og mapperydding

Morgenbrief som scheduled task

Ukentlig økonomirapport til chat og e-post



## Scheduled tasks

Oppgaver som kjører selv i skyen: hver morgen, hver fredag, den første i måneden.

**Hvordan kan du og dere bruke Claude Cowork til å automatisere og overvåke det som gjentar seg hver uke? 🤔**

**Hva overrasket mest? 🤔**

# Agenda

Intro

Mulighetsrommet

6 geniale bruksområder del 1

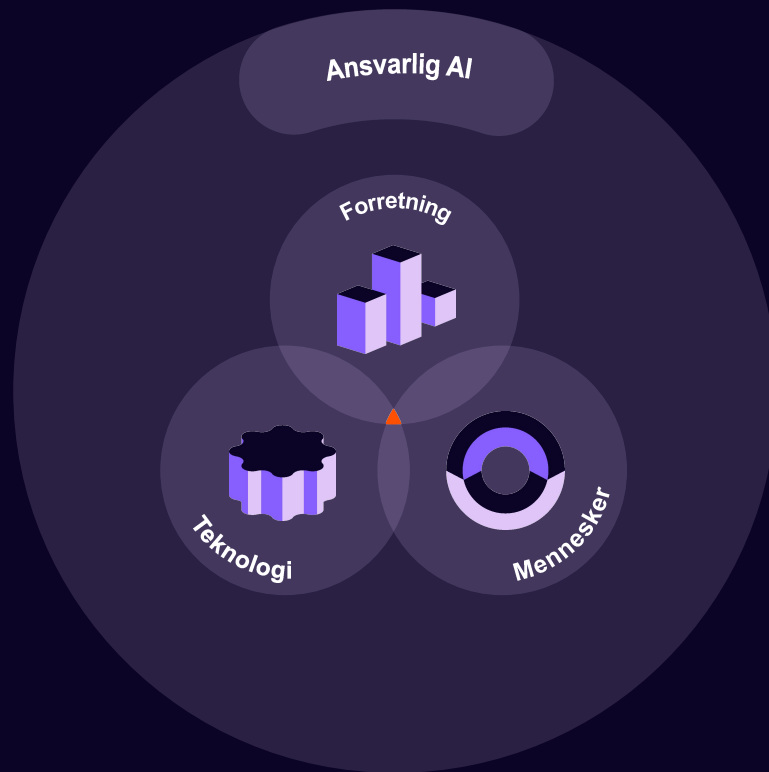
Pause

6 geniale bruksområder del 2

**Slik lykkes du**

Lunsj

# Jobb helhetlig og iterativt



# 12 prinsipper for å lykkes

## FORRETNING

Strategi

Veikart og prioriteringer

Måling og gevinstrealisering

## TEKNOLOGI

Verktøyvalg

Systemarkitektur

Data og kontekst for AI-hjernen

## ANSVARLIG AI

Styring

Regler og retningslinjer

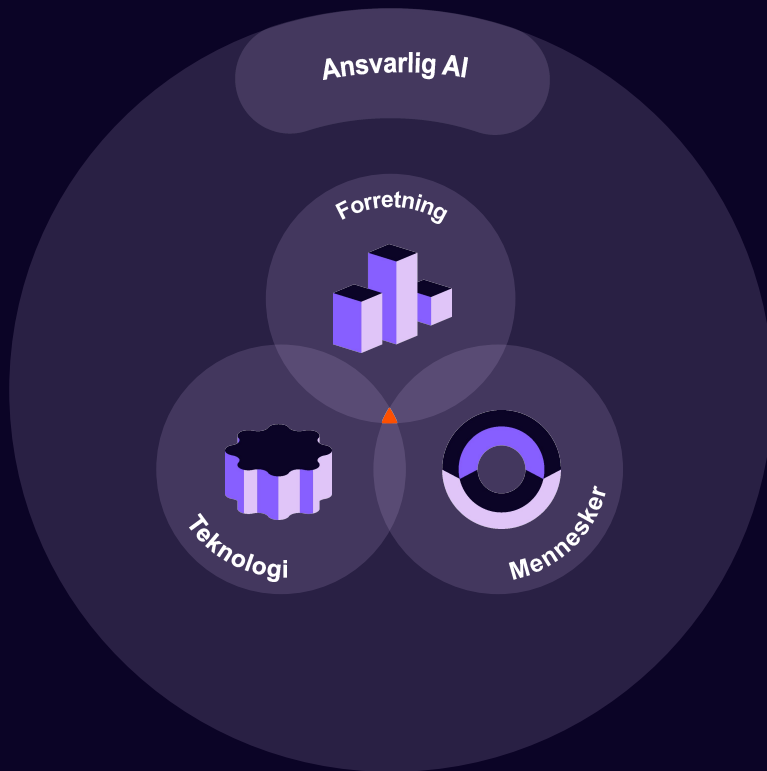
Regulatorisk samsvar

## MENNESKER

Kultur

Kompetanse og kapasitet

Endringsledelse og forankring



# Prinsipper for forretning



## 1 Strategi

**Definer ambisjonsnivået: skal dere transformere og skape fortrinn, eller effektivisere litt?**

# Prinsipper for forretning



## 1 Strategi

**Definer ambisjonsnivået: skal dere transformere og skape fortrinn, eller effektivisere litt? Oppdater dere og forstå mulighetsrommet kontinuerlig.**

## 2 Veikart og prioriteringer

**Lag et veikart for både konkrete brukstilfeller og de fundamentale forutsetningene som må bygges.**

## 3 Måling og gevinstrealisering

**Gjør ting målbart. Realisér gevinster gjennom både personlig og prosessproduktivitet.**

# Prinsipper for teknologi



## 4 Verktøyvalg

**Velg AI-verktøy for alle viktige behov: brede, spisse og integrerte. Ett verktøy holder ikke.**

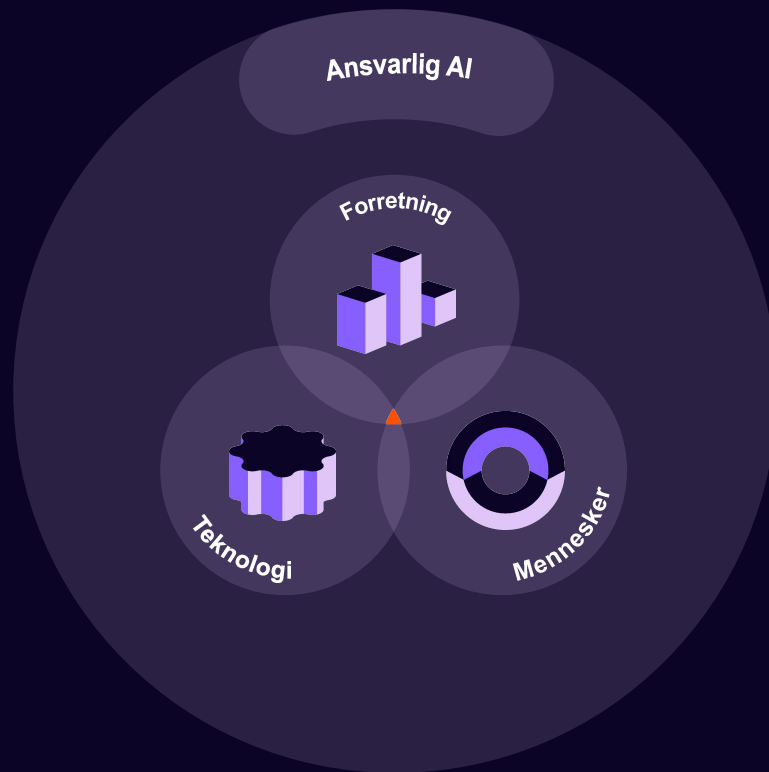
## 5 Systemarkitektur

**En balansert systemarkitektur som gir god kontekst for AI-hjernen er alfa og omega.**

## 6 Data og kontekst for AI-hjernen

**Bygg en AI-hjerne: samle, sikre, strukturer og gjør data tilgjengelig på tvers. Bygg en dataplattform. Bygg systemverdi med f.eks. skills.**

# Jobb helhetlig og iterativt





# Rådgivning



## TJENESTER

- AI-strategi og veikart
- Mulighetskartlegging
- Systemvalg og arkitektur
- Dataplattform og AI-hjerne
- Styring og ansvarlig AI





# Adopsjon



## TJENESTER

- Kurs og workshops
- Løpende adopsjonsløp
- Oppsett av verktøy, skills og connectors
- Måling og gevinstrealisering
- Trening av superbrukere
- Endringsledelse





# Adopsjon



## TJENESTER

- Kurs og workshops
- Løpende adopsjonsløp
- Oppsett av verktøy, skills og
- Måling og gevinstrealisering
- Trening av superbrukere
- Endringsledelse

**Hot tip!**  
**Gå spisst til**  
**verks. Roller,**  
**funksjoner**

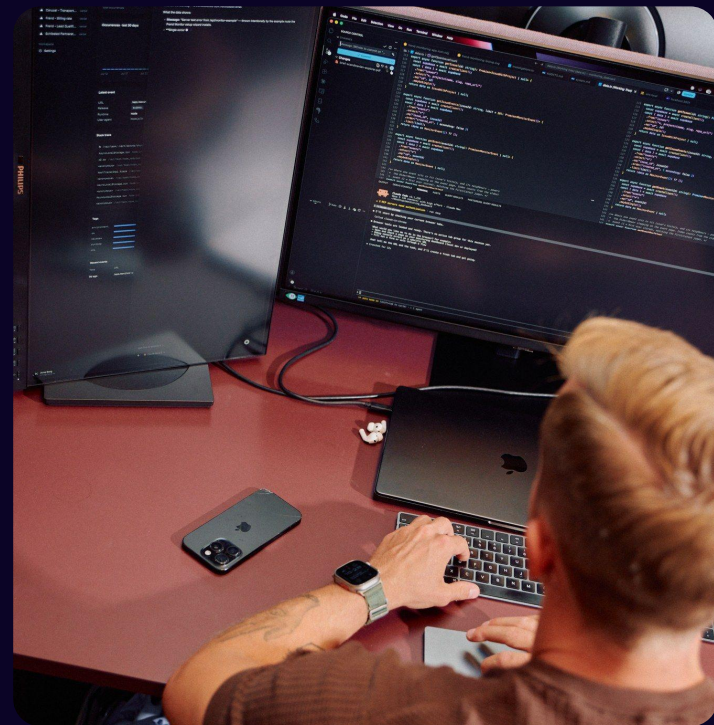




# Utvikling

## TJENESTER

- Dataplattform og AI-hjerne
- Systemarkitektur og modernisering
- AI-drevne apper
- AI-agenter



# Agenda

Intro

Mulighetsrommet

6 geniale bruksområder del 1

Pause

6 geniale bruksområder del 2

Slik lykkes du

**Lunsj**

Takk!

# Let's be Friends



frend

