

Overzicht van AI-chatbots en abonnementen voor beginners

7 april 2026

Doel en uitgangspunten

Dit rapport is geschreven voor deelnemers aan een kennismakingswebinar “AI voor beginners” en heeft als doel om (1) de meest gebruikte AI-chatbots begrijpelijk naast elkaar te zetten en (2) uit te leggen wanneer een (betaald) abonnement wél of juist níet de moeite waard is. De insteek is bewust praktisch: wat kun je gratis doen, waar loop je tegen grenzen aan en welk instapabonnement past bij welk type gebruiker. [1]

Als inspiratie is een eerder “overzicht voor beginners” gebruikt waarin o.a. de populaire platforms van OpenAI[2], Anthropic[3], Google[4], Microsoft[5], Perplexity AI[6], Mistral AI[7], xAI[8] en DeepSeek[9] worden genoemd, met aandacht voor gratis versus betaald en (globaal) taalondersteuning. [10]

Belangrijke kanttekening: prijzen, modelnamen en limieten veranderen vaak (soms per regio en soms zelfs per dag). Dit rapport gebruikt daarom waar mogelijk primaire bronnen (officiële prijs- en help-pagina’s) en vermeldt expliciet wanneer prijzen “vanaf” zijn, in USD worden gefactureerd, of door btw/valuta kunnen afwijken in Nederland[11]. [12]

Hoe je AI-chatbots en abonnementen het beste beoordeelt

Voor beginners is het verleidelijk om “de beste chatbot” te willen kiezen. In de praktijk is de beste keuze afhankelijk van het doel: schrijven/leren, samenvatten van documenten, brainstormen, programmeren, zoeken met bronverwijzingen, of werken binnen je bestaande kantooromgeving (mail/agenda/documenten). Veel abonnementen verkopen niet één “slimmer brein”, maar vooral **meer gebruik, snellere toegang, extra tools** (zoals beeld/video, bestandsanalyse, web-research) en **extra privacy/controle** (met name bij zakelijke plannen). [13]

Een handig beoordelingskader bestaat uit zeven vragen:

1. Waar gebruik je het voor?

Voor school/werk-teksten en analyse wil je meestal sterke “reasoning” (redeneervermogen) en betrouwbare bestandsverwerking; voor “zoeken met bronnen” wil je juist een tool die expliciet is gebouwd voor web-search en citaties. [14]

2. Heb je web-informatie nodig of is je vraag tijdloos?

Sommige chatbots kunnen actief webbronnen doorzoeken (“deep research”), andere vooral niet — of alleen beperkt. [15]

3. Werk je met bestanden (PDF, Word, Excel) of alleen tekst?

Betaalde plannen verhogen vaak uploadlimieten en analysecapaciteit. Bij sommige aanbieders is bestandsanalyse expliciet genoemd als voordeel van instapabonnementen. [16]

4. Wil je beeld/voice/video?

Steeds meer platforms bundelen spraak, beeldgeneratie en soms video. Let op: dit zijn vaak de functies met de strengste limieten en het grootste prijsverschil tussen tiers. [17]

5. Hoe belangrijk is privacy?

Veel consumentenproducten kunnen (afhankelijk van instellingen) chats gebruiken om modellen te verbeteren; zakelijke/enterprise-tiers schakelen dat meestal standaard uit, of bieden strengere contractuele garanties. [18]

6. Hoe werken limieten in de praktijk?

“Onbeperkt” betekent bijna altijd: onbeperkt binnen misbruik-/fair-use-regels. Daarnaast kunnen er boodschap-caps, piekdrukke-limieten of tool-quota gelden. [19]

7. Wat is je echte budget per maand?

Soms is een jaarabonnement goedkoper (bijv. annual discount), soms kan het juist niet (bijvoorbeeld bepaalde tiers die alleen maandelijks zijn). [20]

Tot slot een realistische verwachting: generatieve AI kan “hallucineren” (overtuigend klinkende onjuistheden). Risicokaders voor generatieve AI benadrukken daarom menselijke controle, verificatie en heldere grenzen voor gebruik in gevoelige situaties. [21]

Vergelijking van de belangrijkste chatbots en abonnementsniveaus

Onderstaand overzicht is bedoeld als **snelle oriëntatie**. Details, beperkingen en privacy-instellingen worden in de volgende secties per platform uitgewerkt met bronverwijzingen.

Snelle tabel voor beginners

Platform (chatbot)	Gratis instap: wanneer voldoende?	Goedkoopste relevante betaaloptie (consument)	Richtprijs (april 2026)	Waar betaal je vooral voor?
ChatGPT	Voor “dagelijks” schrijven/vragen, als je met beperkingen kunt leven	Go / Plus	Go: \$8 p/m; Plus: \$20 p/m	Meer berichten/tools, hogere limieten; Plus is ad-vrij (in context van ad-tests)

Platform (chatbot)	Gratis instap: wanneer voldoende?	Goedkoopste relevante betaaloptie (consument)	Richtprijs (april 2026)	Waar betaal je vooral voor?
Claude	Sterk in schrijven/structuur; gratis ok bij licht gebruik	Pro	\$20 p/m (of \$17 p/m bij jaarbetaling)	Meer gebruik, Projects, Research, extra tooling (o.a. Claude Code/Cowork)
Gemini	Handig als je in Google-ecosysteem zit; gratis voor basis	Google AI Plus / Pro	€7,99 p/m (Plus) of €21,99 p/m (Pro)	Meer modeltoegang, Deep Research, AI-credits, opslagbundel
Microsoft Copilot	Gratis Copilot-app voor algemene chat; Office-integratie via 365	Microsoft 365 Personal/Family/Premium (met Copilot)	€99/jaar (Personal) of €129/jaar (Family); Premium €219/jaar of €22 p/m	Copilot in Word/Excel/PowerPoint/Outlook + hogere AI-limieten (met credits)
Perplexity	Gratis voor af en toe zoeken; betaald bij intensief “zoeken met bronnen”	Pro	\$20 p/m of \$200/jaar	Pro-queries (multi-step research), Deep Research quota, modelkeuze
Le Chat (Mistral)	Gratis kan al veel; betaal vooral voor hogere limieten en projecten	Pro	\$14,99 p/m (excl. belasting)	Meer berichten/zoekopdrachten, “deep research”, opslag & projecten
DeepSeek	Gratis web/app voor chatten; API alleen pay-as-you-go	(Geen duidelijk consumentenabonnement; wel API)	Web/app : “free access”; API: per 1M tokens	Lage API-kosten; aandacht voor data-locatie/privacy

Platform (chatbot)	Gratis instap: wanneer voldoende?	Goedkoopste relevante betaaloptie (consument)	Richtprijs (april 2026)	Waar betaal je vooral voor?
Grok (xAI)	Meestal interessant als je X-gebruiker bent; anders minder “beginner-default”	X Premium tiers (voor hogere Grok-limieten)	Premium + vanaf \$40 p/m (web, lokaal variabel)	Grok-limieten + X-voordelen; Grok-4 beschikbaar voor Premium+ en SuperGrok

Bronnen bij de tabel (prijs/functions): ChatGPT-prijzen en tiers: OpenAI kondigt Go \$8/Plus \$20/Pro \$200 aan (USD; lokaal kan variëren); Plus en Pro staan ook in Help Center met prijs en kernvoordelen. [22] Claude: officiële prijs- en planpagina. [23] Google AI: officiële NL-pagina met europrijzen, opslag en credits. [24] Microsoft 365 met Copilot: officiële NL-prijzen en uitleg over AI-limieten/credits en (niet) delen binnen familie. [25] Perplexity: officiële pagina met Pro-prijs en quota (Pro-queries/Deep Research). [26] Mistral: officiële pricing met Pro-prijs (excl. belasting) en planverschillen. [27] DeepSeek: officiële site (free access) + officiële API-prijstabel. [28] Grok: officiële X Premium prijzen en beschrijving “hogere limieten op Grok” + xAI-bericht dat Grok-4 beschikbaar is voor Premium+ en SuperGrok. [29]

Platformprofielen met abonnementen en praktische tips

In dit hoofdstuk staat per platform: wat beginners er typisch aan hebben, wat de gratis versie redelijk kan, wat het goedkoopste relevante abonnement is, en welke “valkuilen” je in de praktijk ziet (limieten, privacy, ecosysteem-lock-in).

ChatGPT

Wat het is en waarom beginners het kiezen

ChatGPT is voor veel starters de “algemene” chatbot: schrijven, uitleg, studeren, brainstormen, simpele analyse en steeds vaker ook multimodaal (spraak/beeld/bestanden). De belangrijkste les voor beginners: je kunt verrassend ver komen met gratis, maar je merkt vooral beperkingen bij drukte, hogere-kwaliteit modellen, tool-toegang en intensief gebruik (veel berichten of grote bestanden). [30]

Abonnementsniveaus (consument)

OpenAI positioneert drie consumententiers: Go (\$8 p/m), Plus (\$20 p/m) en Pro (\$200 p/m). In sommige markten wordt Go gelokaliseerd geprijsd. [31]

- **Go (instap betaald):** volgens de Help Center-omschrijving krijg je alles van Free plus o.a. meer/uitgebreidere toegang tot chatten op het “Instant”-model, meer

beeldgeneratie, bestandsuploads en data-analyse, plus projecten/taken/custom GPTs; limieten blijven “variabel” en zijn onderhevig aan misbruik-safeguards. [32]

- **Plus:** in het Help Center staat Plus op \$20 p/m en worden o.a. hogere limieten, voice, image generation, file uploads/analysis en (waar beschikbaar) deep research genoemd; OpenAI waarschuwt dat er alsnog message caps kunnen gelden, afhankelijk van belasting. [33]
- **Pro:** Pro is \$200 p/m; het Help Center noemt (bij de definitie van Pro) o.a. “unlimited” access tot GPT-5 (onder misbruikregels), meer deep research/agent-toegang, (uitgebreider) Sora-videogeneratie en vroege toegang tot nieuwe functies. [34]

Advertenties en “gratis ad-vrij” varianten

OpenAI test advertenties in ChatGPT (volgens Help Center: start test in de VS, met ads voor Free en Go; Plus/Pro/Business/Enterprise/Edu ad-vrij). Daarnaast beschrijft OpenAI een “Ads-Free on the ChatGPT Free plan” optie: geen ads maar lagere limieten en minder tools. [35]

Data-instellingen (belangrijk voor beginners)

OpenAI legt uit dat chats van individuele diensten (zoals ChatGPT) gebruikt kunnen worden om modellen te trainen, tenzij je dit uitzet. In “Data Controls” kun je “Improve the model for everyone” uitzetten; “Temporary Chats” worden volgens dezelfde FAQ na 30 dagen verwijderd en niet gebruikt voor training. [36]

Wanneer (niet) betalen?

Betaal vooral als je (a) dagelijks intensief gebruikt, (b) structureel bestanden analyseert, (c) deep research/agent-achtige functies nodig hebt, of (d) advertenties wil vermijden in regio’s waar dat speelt. Voor “af en toe” vragen, leren en teksten verbeteren is “Free → eerst oefenen” bijna altijd verstandiger. [37]

Claude

Waar Claude vaak in uitblinkt

Claude wordt door veel gebruikers gekozen voor schrijfkwaliteit, structuur, samenvatten en “projectmatig” werken met document-achtige context. De prijs-/planpagina noemt bij Pro o.a. “unlimited projects” om chats en documenten te organiseren, “Research”, en toegang tot meer Claude-modellen. [23]

Abonnementsniveaus en prijs

De officiële pricing-pagina zet **Pro** op \$20 per maand (maandelijks), of effectief \$17 per maand bij jaarlijkse betaling (\$200 vooruit). [23]

Privacy-keuzes

Anthropic beschrijft expliciet dat voor consumentenplannen (Free/Pro/Max) chats/coding-sessies alleen voor modelverbetering worden gebruikt als je daarvoor kiest (of als gesprekken voor safety review worden geflagd, of bij expliciete opt-in programma’s). “Incognito chats” worden volgens dit artikel niet gebruikt voor modelverbetering. [38]

Daarnaast stelt Anthropic dat commerciële producten (Team/Enterprise/API) standaard geen inputs/outputs gebruiken voor modeltraining. [39]

Praktische beginnerstip

Als je vooral schrijft (e-mails, samenvattingen, leren met uitleg) en je hecht waarde aan duidelijke privacy-instellingen, kan Claude aantrekkelijk zijn. Let er wel op dat “meer gebruik” (Pro) vooral loont als je veel prompts per dag doet of met grotere projecten werkt. [40]

Gemini

Wat je krijgt en hoe Google het bundelt

Google's abonnementen rondom Gemini zijn in 2026 zichtbaar als **Google AI Plus**, **Google AI Pro** en **Google AI Ultra**, met bijbehorende europrijzen en opslagbundels. Op de NL-pagina staat: - AI Plus: €7,99 p/m (met promo-tarief tijdelijk), met o.a. 200 GB opslag. [24]

- AI Pro: €21,99 p/m, met o.a. uitgebreidere toegang tot model “3.1 Pro”, Deep Research, 1000 AI-credits per maand en 5 TB opslag. [24]

- AI Ultra: €274,99 p/m (met tijdelijke promo), als hoogste tier. [24]

Privacy en “connected apps”

Google's Gemini Apps Privacy Notice stelt dat data wordt gebruikt om diensten te leveren/verbeteren en dat (een deel van) data door menselijke reviewers kan worden bekeken; Google adviseert daarom geen vertrouwelijke informatie te delen die je niet door reviewers wilt laten zien. [41]

Tegelijk benadrukt Google in een productblog over “Personal Intelligence” dat het koppelen van apps optioneel is en dat Gemini niet “direct” traint op je Gmail-inbox of Google Photos-bibliotheek; wél wordt gesproken over training op beperkte info (zoals prompts en responses) na filtering/obfuscatie. [42]

Voor beginners: wanneer Pro logisch kan zijn

AI Pro is vooral logisch als je (a) in Google-apps werkt en Gemini daar direct wil gebruiken, (b) Deep Research intensiever wilt, of (c) de opslagbundel waardevol vindt. Voor “alleen chatten” is de gratis variant of AI Plus vaak genoeg om eerst te ontdekken of je workflow er echt beter van wordt. [43]

Microsoft Copilot

Twee werelden: Copilot-app vs Copilot in Microsoft 365

Microsoft maakt expliciet onderscheid: de Copilot-app is een chatvaring, terwijl “Copilot in Microsoft 365 voor individueel gebruik” Copilot in apps als Word/Excel/PowerPoint/Outlook brengt. [44]

Consumentenprijzen (Nederland)

Op Microsoft's NL-pagina voor “Copilot-prijzen voor particulieren” staan o.a.: - Microsoft 365 Personal: €99/jaar

- Microsoft 365 Family: €129/jaar [44]

In de vergelijkpagina wordt ook Microsoft 365 Premium getoond met €219/jaar of €22/maand. [45]

Belangrijke nuance: AI-voordelen niet delen

Microsoft vermeldt dat AI-functies in Family en Premium alleen beschikbaar zijn voor de eigenaar van het abonnement en niet gedeeld kunnen worden; daarnaast wordt expliciet verwezen naar AI-gebruiks-limieten/credits. [45]

Privacy / training (vooral relevant bij Copilot in 365)

Microsoft geeft aan dat prompts, responses en data uit Microsoft Graph die door Microsoft 365 Copilot worden gebruikt **niet** worden gebruikt om foundation-LLMs te trainen. [46]

In een afzonderlijke privacy-FAQ staat ook expliciet dat “conversations from Microsoft 365 Copilot” niet worden gebruikt om Copilot’s generatieve modellen te trainen. [47]

Voor beginners: wanneer is dit de beste keuze?

Als je veel met Office-bestanden werkt (Word/PowerPoint/Excel) is Microsoft’s bundeling vaak aantrekkelijker dan “alleen een losse chatbot”, juist omdat je direct in je documenten kunt werken. Als je nauwelijks Office gebruikt, is de gratis Copilot-app of een andere (gratis) chatbot vaak een betere start. [25]

Perplexity

Positionering: zoeken met bronverwijzingen

Perplexity is vooral bekend als “answer engine” met nadruk op web-search en citaties. In de Enterprise-pricing pagina wordt “Pro queries” omschreven als multi-step reasoning searches met extra bronnen, en “Deep Research queries” als in-depth research reports. [26]

Prijs en (concrete) quota

De officiële Enterprise-pricing pagina bevat ook de Pro-prijs: **\$20/maand of \$200/jaar**. Daarnaast worden concrete limieten genoemd, zoals “up to 200 [Pro queries] per week” en “up to 20 [Deep Research queries] per month” voor Pro. [26]

Privacy-standpunt (kort)

Op dezelfde pagina staat bij “Data privacy” voor Pro dat er “limited data training with the option to opt out” is, en dat bij Enterprise-tiers Perplexity en partners niet trainen op je data (met expliciete “guaranteed no training” claims in Enterprise-proposities). [26]

Wanneer is Pro de moeite waard?

Als je vaak actuele vragen hebt (“wat is de stand van...?”), bronnen wil meegeven aan anderen, of veel research-achtige taken doet, is Perplexity Pro relatief makkelijk te verantwoorden. Als je vooral teksten schrijft of oefent met prompts, is een algemene chatbot meestal goedkoper en eenvoudiger. [14]

Le Chat van Mistral

Wat je krijgt (en waarom het opvalt in Europa)

Mistral positioneert Le Chat als persoonlijke assistent met o.a. geheugen (“memories”), projecten en (op hogere plannen) meer “deep research reports”. [27]

Prijsniveaus

Op de officiële pricing-pagina wordt een **Pro-plan van \$14.99** (excl. belasting) getoond en een **Team-plan van \$24.99** (excl. belasting). [27]

Data-training en opt-out: heel expliciet

Mistral’s Help Center maakt een scherp onderscheid: - Data uit “Connectors” (bijv. data uit gekoppelde diensten) wordt **niet** gebruikt om modellen te trainen (voor alle plannen). [48]

- Data uit je gesprekken met Le Chat kan **wel** onder training vallen, afhankelijk van je plan: Free/Pro/Student = YES; Team/Enterprise = NO, met opt-out mogelijkheid voor Free/Pro/Student. [48]

De privacy policy bevestigt dat input/output voor modeltraining gebruikt kan worden “subject to your opt-out”, en herhaalt dat Team/Enterprise en de betaalde API-versie uitgesloten zijn van training op input/output. [49]

Beginnerimplicatie

Als privacy een topprioriteit is, moet je bij Le Chat vooral bewust zijn van de training-standaard van het gekozen plan en tijdig opt-out instellen waar gewenst. Voor pure “prijs/kwaliteit” kan Pro aantrekkelijk lijken; voor gevoelige informatie is Team/Enterprise-logica (of een aanbieder met standaard strengere consumenteninstellingen) relevanter. [50]

DeepSeek

Gratis toegang en API-prijzen

DeepSeek adverteert op de officiële site “Free access to DeepSeek-V3.2” (web/app) en verwijst daarnaast naar het API-platform. [51]

Voor API-gebruik is er een officiële prijstabel per 1M tokens: bijvoorbeeld deepseek-chat (input cache-hit \$0.07 / cache-miss \$0.27 / output \$1.10) en deepseek-reasoner met hogere tarieven. [52]

De Play Store-tekst beschrijft de officiële app eveneens als gratis. [53]

Tokens en “context length” in één zin

DeepSeek gebruikt tokens als rekeneenheid voor API-billing; de officiële tabel toont ook context-lengtes (bijv. 64K) per model. [54]

Privacy- en datalocatie-punten die beginners moeten kennen

In de privacy policy staat dat DeepSeek user input (prompts, uploads, chat history) kan verwerken en dat data in de “People’s Republic of China” wordt verwerkt/opgeslagen om de diensten te leveren. Daarnaast staat in dezelfde policy dat personal data kan worden gebruikt om diensten te verbeteren en technologie/modellen te trainen. [55]

Beginneradvies

DeepSeek is interessant als je gratis veel wilt experimenteren of als je (als developer) zeer lage API-kosten zoekt. Maar door de expliciete datalocatie en training-doelen in de privacy policy is dit niet de “default keuze” voor gevoelige persoonsgegevens of vertrouwelijke bedrijfsinformatie. [56]

Grok

Hoe je er toegang toe krijgt

Grok is gekoppeld aan het X-ecosysteem: X Premium tiers noemen “increased usage limits on Grok” (Premium) en “higher limits on Grok” (Premium+). De officiële FAQ noemt prijzen “starting at” \$3/\$8/\$40 per maand (web; lokaal variabel en met belasting), afhankelijk van tier. [57]

xAI publiceert daarnaast dat Grok-4 beschikbaar is voor “SuperGrok and Premium+ subscribers” (en via API). [58]

Waarom dit voor beginners soms minder logisch is

Als je al intensief X gebruikt, kan het logisch zijn om Grok via Premium/Premium+ te bekijken. Voor beginners die vooral “een goede algemene assistent” zoeken, is het prijs-/ecosysteem-pakket vaak minder overzichtelijk dan de meer directe consumentenabonnementen van andere aanbieders. [59]

Privacy, gegevensgebruik en veiligheid

Dit hoofdstuk is bedoeld als “beginnersproof” veiligheids- en privacykompas. Het is geen juridisch advies, maar een overzicht van patronen die bij bijna alle AI-chatbots terugkomen.

Realistische verwachtingen en controle

Risicoprofielen voor generatieve AI benadrukken dat fouten, misinformatie en “hallucinaties” een kernrisico zijn. In de praktijk betekent dit: gebruik AI voor concepten, samenvattingen, uitleg en ideeën — maar verifieer feiten, bronnen, cijfers en citaten, zeker wanneer je iets publiceert of deelt. [21]

De OECD[60] documenteert bovendien incidenten waarin generatieve AI gefabriceerde verwijzingen produceerde die in echte procedures terechtkwamen; dit onderstreept waarom “broncontrole” geen luxe is. [61]

“Worden mijn chats gebruikt voor training?”

Een versimpelde vuistregel (met uitzonderingen):

- **Consumentenplannen:** vaak “kan gebruikt worden voor verbetering/training”, met opt-out of instellingen. [62]
- **Zakelijke/enterprise-plannen:** vaker “standaard geen training op jouw data” met contractuele/administratieve controls. [63]

Concrete voorbeelden uit primaire bronnen:

- OpenAI: individuele diensten “may use your content to train our models”, met opt-out via Data Controls/Privacy Portal; zakelijke producten zijn standaard uitgezet voor training, tenzij expliciete opt-in. [64]
- Anthropic: bij consumentenplannen worden chats alleen gebruikt voor modelverbetering als je dat toestaat (met extra gevallen zoals safety review); commerciële producten trainen standaard niet op inputs/outputs. [65]
- Google Gemini: de privacy notice stelt dat data wordt gebruikt voor “maintain and improve” en dat dit zich uitstrekt tot generatieve AI-modellen; Google waarschuwt bovendien voor menselijke review. [41]
- Microsoft 365 Copilot: Microsoft stelt dat prompts/responses en data via Microsoft Graph niet worden gebruikt om foundation-LLMs te trainen. [46]
- Mistral Le Chat: volgens Help Center kunnen conversaties in Free/Pro/Student onder training vallen (met opt-out); Team/Enterprise niet. Connectors-data wordt niet gebruikt voor training. [50]
- DeepSeek: privacy policy benoemt expliciet verwerking/opslag in China en gebruik van data om diensten/technologie te verbeteren en modellen te trainen. [55]

Praktische privacy-regels voor beginners

1. **Deel nooit gevoelige persoonsgegevens** (gezondheid, BSN, financiële details) tenzij je zeker weet hoe data wordt verwerkt en je een passend plan/contract hebt. Dit is consistent met privacy-waarschuwingen van aanbieders zelf (bijv. waarschuwing voor menselijke reviewers bij Gemini) en algemene risicokaders. [66]
2. **Zet training/verbetering uit als je dat niet wilt.** Bij ChatGPT heet dit “Improve the model for everyone”; de Help-FAQ beschrijft exact waar je dit uitzet en dat het account-breed synchroniseert. [67]
3. **Gebruik “incognito/temporary chat” waar beschikbaar** voor gevoelige sessies. OpenAI beschrijft Temporary Chats (30 dagen, niet voor training), en Anthropic noemt Incognito chats die niet voor modelverbetering worden gebruikt. [68]
4. **Let op dat “uploaden” ook opslag betekent.** Microsoft beschrijft bijvoorbeeld bewaartermijnen en voorwaarden rondom uploads; andere platforms hebben vergelijkbare logs/retentie. [69]

Veiligheid: prompt injection en “vertrouw nooit blind op tools”

Steeds meer chatbots combineren LLM’s met tools (web-search, code-interpreters, agents). Dat geeft kracht, maar introduceert risico’s zoals prompt injection (kwaadaardige instructies in webpagina’s of documenten). Microsoft benoemt prompt-injection expliciet als categorie waarvoor mitigaties bestaan in Copilot-context. Risicoprofielen voor generatieve AI adviseren daarnaast “govern/measure/manage”-achtige controles: duidelijke use-cases, menselijke review, en grenzen voor automatisering. [70]

Concrete keuzehulp voor deelnemers

Deze keuzehulp is bedoeld om beginners snel van “ik wil iets proberen” naar “ik heb een verstandige set-up” te brengen, zonder abonnementspijn.

Stap één: het beste gratis startpunt

Voor 80% van de beginners werkt een simpele startregel: **begin gratis, kies één chatbot als ‘hoofdgym’, en oefen 1–2 weken.** Dit sluit aan bij de beginner-aanpak uit het inspiratiedocument: eerst basis verkennen en pas betalen als je structureel beperkingen voelt. [10]

Praktisch: - Als je vooral algemene vragen hebt en je aan één omgeving wil wennen: start met ChatGPT Free of een gratis alternatief en focus op prompt-vaardigheden. [71]

- Als je vooral “zoeken met bronnen” wilt: probeer Perplexity gratis en let op hoe vaak je “Pro queries” nodig hebt. [26]

- Als je vooral in Google-apps leeft: probeer Gemini gratis en kijk of “connected apps” je echt helpt (en of je dat privacy-matig wilt). [72]

- Als je vooral Office gebruikt: begin met de gratis Copilot-app en kijk pas daarna of Microsoft 365 met Copilot je vaste workflow versnelt. [73]

- Als je vooral gratis veel wil experimenteren en privacy geen topprioriteit is: DeepSeek biedt expliciet free access op web/app. [74]

Stap twee: beslis of je überhaupt moet betalen

Een abonnement is meestal pas zinvol als minimaal één van deze situaties waar is:

Je gebruikt de chatbot **bijna dagelijks** en je botst op caps/limieten (berichten, uploads, tools). [75]

Je werkt vaak met bestanden en je wil betere/ruimere bestandsanalyse. [76]

Je wil “deep research” vaker gebruiken dan gratis toelaat. [77]

Je wil integratie in je schrijf-/kantoorapps (Word/Excel/PowerPoint, Gmail/Docs). [78]

Privacy-eisen vragen om een plan met strengere garanties (vaak business/enterprise). [63]

Stap drie: kies het kleinste abonnement dat je probleem oplost

Voor beginners is “kleinst dat werkt” bijna altijd beter dan “duurste dat bestaat”.

- **Je wil vooral meer capaciteit dan gratis (en mogelijk een lagere prijs dan Plus):** ChatGPT Go is expliciet bedoeld als betaalbaar instapplan; OpenAI noemt \$8 p/m in de VS en noemt “gelokaliseerde” prijzen in sommige markten. [79]
- **Je wil de meest gangbare upgrade voor ChatGPT:** Plus is \$20 p/m volgens Help Center; je krijgt hogere limieten en tools, maar er kunnen nog caps gelden. [33]
- **Je wil vooral betere schrijf-/projectworkflow bij Claude:** Claude Pro is \$20 p/m (of \$17 p/m bij jaarlijkse betaling) en noemt o.a. Projects en Research. [23]

- **Je wil vooral Gemini + bundels (opslag/credits) in euro:** Google AI Plus (€7,99) of Pro (€21,99) is zeer duidelijk geprijsd in de NL-pagina; Pro voegt o.a. 5 TB en 1000 AI-credits toe. [24]
- **Je wil Office-integratie voor thuis/zzp:** Microsoft 365 Personal/Family/Premium koppelt Copilot aan apps; let op dat AI-voordelen vaak alleen voor de accounthouder zijn. [25]
- **Je doet veel online research met bronverwijzingen:** Perplexity Pro (\$20 p/m) is relatief transparant over quota (200 Pro queries/week; 20 Deep Research/maand). [26]
- **Je zoekt een scherpe prijs voor premium chat met Europese aanbieder:** Mistral's Le Chat Pro staat op \$14.99 p/m (excl. belasting), maar wees als beginner extra alert op training-opt-out als je dat belangrijk vindt. [80]

Stap vier: basisworkflow voor de eerste maand

Een concrete “beginnersroutine” die in vrijwel alle tools werkt:

1. **Maak 3 vaste prompt-sjablonen** (schrijven, leren, plannen). Test ze gratis. [10]
2. **Zet privacy-instellingen goed** (training opt-out waar relevant; tijdelijke chats voor gevoelige onderwerpen). [81]
3. **Meet je frictie:** hoe vaak loop je vast op limieten? hoeveel tijd bespaar je? Als je het niet kunt voelen in je week, is de kans groot dat gratis genoeg is. Dit past bij de “eerst gratis ontdekken”-logica uit het inspiratiedocument. [10]
4. **Als je wél betaalt: betaal één maand, evalueer, en schaal pas daarna.** Sommige aanbieders bieden geen jaarbetaling voor bepaalde tiers (bijv. Go/Plus/Pro bij ChatGPT volgens Help Center), dus maandelijks evalueren is sowieso het natuurlijke ritme. [34]

[1] [3] [10] [37] [https://s3.eu-central-1.amazonaws.com/up.raindrop.io/raindrop/files/154/035/001/5/Overzicht_van_AI_tools_voor_beginners.pdf?X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Content-Sha256=UNSIGNED-PAYLOAD&X-Amz-Credential=ASIAZWICFKR6XUVJHPKJ%2F20260406%2Feu-central-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20260406T201821Z&X-Amz-Expires=1800&X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEAKaDGV1LWNlbnRyYWwtMSJIMEYCIQCBcpwD%2FGiMLvrQo4ioZ2eH%2FhvHtkErxyKKMdJMwHliQlhALR5fLeYzpcceqXAS9u5dZSgoqaAL%2B4OxL8ZzE08Bzu90KoEECNL%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEQABoMNjY2MjYxMzQ1NDA1lgw8KU37vm87Fbeoomcq1QMDuCd2746fD9zslOdYV5DCRxciftOYsj%2F%2BiYdvNG9bSHXWleppqYsR69ar6cANoYOs7M3MIb7%2BdlDeeT%2FtPcav0F3GhvFkDX7gS7jmYju7G%2BMHiRW7REsiUyufv5zRWJl0UnBc7jpSvdbb0VC1rnt5kauVxPv20No8U3p5vDEj%2BOJuHUPpPF5t8PRS8l6IPYQ0Jh5dxbxcsP55%2F1WNrIA4LgR2lNhhvcrqQqig34%2F%2F81gNp2%2BiEOuO4Al4iq4m%2F%2FRJYjUmWrBFpO5ijSGWmMH70%2BulJh%2FeF%2FCvtrMhNLqglnk](https://s3.eu-central-1.amazonaws.com/up.raindrop.io/raindrop/files/154/035/001/5/Overzicht_van_AI_tools_voor_beginners.pdf?X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Content-Sha256=UNSIGNED-PAYLOAD&X-Amz-Credential=ASIAZWICFKR6XUVJHPKJ%2F20260406%2Feu-central-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20260406T201821Z&X-Amz-Expires=1800&X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEAKaDGV1LWNlbnRyYWwtMSJIMEYCIQCBcpwD%2FGiMLvrQo4ioZ2eH%2FhvHtkErxyKKMdJMwHliQlhALR5fLeYzpcceqXAS9u5dZSgoqaAL%2B4OxL8ZzE08Bzu90KoEECNL%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEQABoMNjY2MjYxMzQ1NDA1lgw8KU37vm87Fbeoomcq1QMDuCd2746fD9zslOdYV5DCRxciftOYsj%2F%2BiYdvNG9bSHXWleppqYsR69ar6cANoYOs7M3MIb7%2BdlDeeT%2FtPcav0F3GhvFkDX7gS7jmYju7G%2BMHiRW7REsiUyufv5zRWJl0UnBc7jpSvdbb0VC1rnt5kauVxPv20No8U3p5vDEj%2BOJuHUPpPF5t8PRS8l6IPYQ0Jh5dxbxcsP55%2F1WNrIA4LgR2lNhhvcrqQqig34%2F%2F81gNp2%2BiEOuO4Al4iq4m%2F%2FRJYjUmWrBFpO5ijSGWmMH70%2BulJh%2FeF%2FCvtrMhNLqglnk)

LVJCNl96Uvlk2bVXPbXKudK2Mu1zfbjK8Y9LFTtMLwjcsK0o2D6GXB%2F9kC5Aj8owfkAmgt
%2FA3Amv12QWKQltY%2BOHLKLZWZ4zpe6VpqEsZDIwwkJnwIOCseKy9nTNxQ5RFi82fJ28
M4UFildadwjPRgY8RL57rmSWuoAp0QVzHhL5b0wLfSg61T5IQLT1mOxe1NhFDFbFAIVXHzD
RpjbJkLCv6iU23%2B7L0qCwAJ5VwExN5Q1x83khwMvEQJFlcet5griYPPFPmvoNk9gTzeCrKO
6Nkz6k1RaduhfjngHXLKyWXienpRCQFhRT8Rplq%2FxSOLfH35MN%2FHz84GOqQBspkTm
Di%2F5VJtf7jJrvlHFiqpUBs0XYCff3wBvOD1F6GizU%2FQLJcA63o2AqAvEOVfzOJ%2BwSBH
wO4x2M4k1VSH7PDPicFtTPaCWqBl3%2Br3IguvMRyA%2FJAgGtoeUZrpTsmrP3xgZVJ7rZC
Qsn7rC0nYtvlIOaRrGxM%2B8ndMK1aGX5TUXKJ6Tf8ZKhlpKYDGP1HIAJXpX8vAa%2F5NnP
HlNHPhO7oTSQ8%3D&X-Amz-

Signature=6ac8e854ae3585fc602d644cc45c6f08a8225dc3069a6552ebc8876fd62e6e49&
X-Amz-SignedHeaders=host&x-amz-checksum-mode=ENABLED&x-id=GetObject

<https://s3.eu-central->

[1.amazonaws.com/up.raindrop.io/raindrop/files/154/035/001/5/Overzicht_van_AI_tools_voor_beginners.pdf?X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Content-Sha256=UNSIGNED-PAYLOAD&X-Amz-Credential=ASIAZWICFKR6XUVJHPKJ%2F20260406%2Feu-central-](https://s3.eu-central-1.amazonaws.com/up.raindrop.io/raindrop/files/154/035/001/5/Overzicht_van_AI_tools_voor_beginners.pdf?X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Content-Sha256=UNSIGNED-PAYLOAD&X-Amz-Credential=ASIAZWICFKR6XUVJHPKJ%2F20260406%2Feu-central-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20260406T201821Z&X-Amz-Expires=1800&X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEAKaDGV1LWNlbmRyYWwtMSJIMEYCIQCBcpwD%2FGiMLvrQo4ioZ2eH%2FhvHtkErxyKKMdJMwTHliQlhALR5fLeYzpcceqXAS9u5dZSgoqaAL%2B4OxL8ZzE08Bzu90KoEECNL%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEQABoMNjY2MjYxMzQ1NDAlgw8KU37vm87Fbeoomcq1QMDuCd2746fD9zslOdYV5DCRxciftOYsj%2F%2BiYdvNG9bSHXWleppqYsR69ar6cANoYOs7M3Mlb7%2BdlDeeT%2FtPcav0F3GhvFkDX7gS7jmYju7G%2BMHiRW7REsiUyufv5zRWJl0UnBc7jpSvdbb0VC1rnt5kauVxPv20No8U3p5vDEj%2BOJuHUPpPF5t8PRS8l6IPYQ0Jh5dxbxcSP55%2F1WNrIA4LgR2lNhhvcrqQqig34%2F%2F81gNp2%2BiEOuO4Al4iq4m%2F%2FRJYjUmWrBFpO5ijSGWmMH70%2BuIJh%2FeF%2FCvtrMhNLqglnkLVJCNl96Uvlk2bVXPbXKudK2Mu1zfbjK8Y9LFTtMLwjcsK0o2D6GXB%2F9kC5Aj8owfkAmgt%2FA3Amv12QWKQltY%2BOHLKLZWZ4zpe6VpqEsZDIwwkJnwIOCseKy9nTNxQ5RFi82fJ28M4UFildadwjPRgY8RL57rmSWuoAp0QVzHhL5b0wLfSg61T5IQLT1mOxe1NhFDFbFAIVXHzDRpjbJkLCv6iU23%2B7L0qCwAJ5VwExN5Q1x83khwMvEQJFlcet5griYPPFPmvoNk9gTzeCrKO6Nkz6k1RaduhfjngHXLKyWXienpRCQFhRT8Rplq%2FxSOLfH35MN%2FHz84GOqQBspkTmDi%2F5VJtf7jJrvlHFiqpUBs0XYCff3wBvOD1F6GizU%2FQLJcA63o2AqAvEOVfzOJ%2BwSBHwO4x2M4k1VSH7PDPicFtTPaCWqBl3%2Br3IguvMRyA%2FJAgGtoeUZrpTsmrP3xgZVJ7rZCQsn7rC0nYtvlIOaRrGxM%2B8ndMK1aGX5TUXKJ6Tf8ZKhlpKYDGP1HIAJXpX8vAa%2F5NnP)

[1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20260406T201821Z&X-Amz-Expires=1800&X-](https://s3.eu-central-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20260406T201821Z&X-Amz-Expires=1800&X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEAKaDGV1LWNlbmRyYWwtMSJIMEYCIQCBcpwD%2FGiMLvrQo4ioZ2eH%2FhvHtkErxyKKMdJMwTHliQlhALR5fLeYzpcceqXAS9u5dZSgoqaAL%2B4OxL8ZzE08Bzu90KoEECNL%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEQABoMNjY2MjYxMzQ1NDAlgw8KU37vm87Fbeoomcq1QMDuCd2746fD9zslOdYV5DCRxciftOYsj%2F%2BiYdvNG9bSHXWleppqYsR69ar6cANoYOs7M3Mlb7%2BdlDeeT%2FtPcav0F3GhvFkDX7gS7jmYju7G%2BMHiRW7REsiUyufv5zRWJl0UnBc7jpSvdbb0VC1rnt5kauVxPv20No8U3p5vDEj%2BOJuHUPpPF5t8PRS8l6IPYQ0Jh5dxbxcSP55%2F1WNrIA4LgR2lNhhvcrqQqig34%2F%2F81gNp2%2BiEOuO4Al4iq4m%2F%2FRJYjUmWrBFpO5ijSGWmMH70%2BuIJh%2FeF%2FCvtrMhNLqglnkLVJCNl96Uvlk2bVXPbXKudK2Mu1zfbjK8Y9LFTtMLwjcsK0o2D6GXB%2F9kC5Aj8owfkAmgt%2FA3Amv12QWKQltY%2BOHLKLZWZ4zpe6VpqEsZDIwwkJnwIOCseKy9nTNxQ5RFi82fJ28M4UFildadwjPRgY8RL57rmSWuoAp0QVzHhL5b0wLfSg61T5IQLT1mOxe1NhFDFbFAIVXHzDRpjbJkLCv6iU23%2B7L0qCwAJ5VwExN5Q1x83khwMvEQJFlcet5griYPPFPmvoNk9gTzeCrKO6Nkz6k1RaduhfjngHXLKyWXienpRCQFhRT8Rplq%2FxSOLfH35MN%2FHz84GOqQBspkTmDi%2F5VJtf7jJrvlHFiqpUBs0XYCff3wBvOD1F6GizU%2FQLJcA63o2AqAvEOVfzOJ%2BwSBHwO4x2M4k1VSH7PDPicFtTPaCWqBl3%2Br3IguvMRyA%2FJAgGtoeUZrpTsmrP3xgZVJ7rZCQsn7rC0nYtvlIOaRrGxM%2B8ndMK1aGX5TUXKJ6Tf8ZKhlpKYDGP1HIAJXpX8vAa%2F5NnP)

[Amz-Security-](https://s3.eu-central-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20260406T201821Z&X-Amz-Expires=1800&X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEAKaDGV1LWNlbmRyYWwtMSJIMEYCIQCBcpwD%2FGiMLvrQo4ioZ2eH%2FhvHtkErxyKKMdJMwTHliQlhALR5fLeYzpcceqXAS9u5dZSgoqaAL%2B4OxL8ZzE08Bzu90KoEECNL%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEQABoMNjY2MjYxMzQ1NDAlgw8KU37vm87Fbeoomcq1QMDuCd2746fD9zslOdYV5DCRxciftOYsj%2F%2BiYdvNG9bSHXWleppqYsR69ar6cANoYOs7M3Mlb7%2BdlDeeT%2FtPcav0F3GhvFkDX7gS7jmYju7G%2BMHiRW7REsiUyufv5zRWJl0UnBc7jpSvdbb0VC1rnt5kauVxPv20No8U3p5vDEj%2BOJuHUPpPF5t8PRS8l6IPYQ0Jh5dxbxcSP55%2F1WNrIA4LgR2lNhhvcrqQqig34%2F%2F81gNp2%2BiEOuO4Al4iq4m%2F%2FRJYjUmWrBFpO5ijSGWmMH70%2BuIJh%2FeF%2FCvtrMhNLqglnkLVJCNl96Uvlk2bVXPbXKudK2Mu1zfbjK8Y9LFTtMLwjcsK0o2D6GXB%2F9kC5Aj8owfkAmgt%2FA3Amv12QWKQltY%2BOHLKLZWZ4zpe6VpqEsZDIwwkJnwIOCseKy9nTNxQ5RFi82fJ28M4UFildadwjPRgY8RL57rmSWuoAp0QVzHhL5b0wLfSg61T5IQLT1mOxe1NhFDFbFAIVXHzDRpjbJkLCv6iU23%2B7L0qCwAJ5VwExN5Q1x83khwMvEQJFlcet5griYPPFPmvoNk9gTzeCrKO6Nkz6k1RaduhfjngHXLKyWXienpRCQFhRT8Rplq%2FxSOLfH35MN%2FHz84GOqQBspkTmDi%2F5VJtf7jJrvlHFiqpUBs0XYCff3wBvOD1F6GizU%2FQLJcA63o2AqAvEOVfzOJ%2BwSBHwO4x2M4k1VSH7PDPicFtTPaCWqBl3%2Br3IguvMRyA%2FJAgGtoeUZrpTsmrP3xgZVJ7rZCQsn7rC0nYtvlIOaRrGxM%2B8ndMK1aGX5TUXKJ6Tf8ZKhlpKYDGP1HIAJXpX8vAa%2F5NnP)

[Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEAKaDGV1LWNlbmRyYWwtMSJIMEYCIQCBcpwD%2FGiMLvrQo4ioZ2eH%2FhvHtkErxyKKMdJMwTHliQlhALR5fLeYzpcceqXAS9u5dZSgoqaAL%2B4OxL8ZzE08Bzu90KoEECNL%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEQABoMNjY2MjYxMzQ1NDAlgw8KU37vm87Fbeoomcq1QMDuCd2746fD9zslOdYV5DCRxciftOYsj%2F%2BiYdvNG9bSHXWleppqYsR69ar6cANoYOs7M3Mlb7%2BdlDeeT%2FtPcav0F3GhvFkDX7gS7jmYju7G%2BMHiRW7REsiUyufv5zRWJl0UnBc7jpSvdbb0VC1rnt5kauVxPv20No8U3p5vDEj%2BOJuHUPpPF5t8PRS8l6IPYQ0Jh5dxbxcSP55%2F1WNrIA4LgR2lNhhvcrqQqig34%2F%2F81gNp2%2BiEOuO4Al4iq4m%2F%2FRJYjUmWrBFpO5ijSGWmMH70%2BuIJh%2FeF%2FCvtrMhNLqglnkLVJCNl96Uvlk2bVXPbXKudK2Mu1zfbjK8Y9LFTtMLwjcsK0o2D6GXB%2F9kC5Aj8owfkAmgt%2FA3Amv12QWKQltY%2BOHLKLZWZ4zpe6VpqEsZDIwwkJnwIOCseKy9nTNxQ5RFi82fJ28M4UFildadwjPRgY8RL57rmSWuoAp0QVzHhL5b0wLfSg61T5IQLT1mOxe1NhFDFbFAIVXHzDRpjbJkLCv6iU23%2B7L0qCwAJ5VwExN5Q1x83khwMvEQJFlcet5griYPPFPmvoNk9gTzeCrKO6Nkz6k1RaduhfjngHXLKyWXienpRCQFhRT8Rplq%2FxSOLfH35MN%2FHz84GOqQBspkTmDi%2F5VJtf7jJrvlHFiqpUBs0XYCff3wBvOD1F6GizU%2FQLJcA63o2AqAvEOVfzOJ%2BwSBHwO4x2M4k1VSH7PDPicFtTPaCWqBl3%2Br3IguvMRyA%2FJAgGtoeUZrpTsmrP3xgZVJ7rZCQsn7rC0nYtvlIOaRrGxM%2B8ndMK1aGX5TUXKJ6Tf8ZKhlpKYDGP1HIAJXpX8vAa%2F5NnP">Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEAKaDGV1LWNlbmRyYWwtMSJIMEYCIQCBcpwD%2FGiMLvrQo4ioZ2eH%2FhvHtkErxyKKMdJMwTHliQlhALR5fLeYzpcceqXAS9u5dZSgoqaAL%2B4OxL8ZzE08Bzu90KoEECNL%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEQABoMNjY2MjYxMzQ1NDAlgw8KU37vm87Fbeoomcq1QMDuCd2746fD9zslOdYV5DCRxciftOYsj%2F%2BiYdvNG9bSHXWleppqYsR69ar6cANoYOs7M3Mlb7%2BdlDeeT%2FtPcav0F3GhvFkDX7gS7jmYju7G%2BMHiRW7REsiUyufv5zRWJl0UnBc7jpSvdbb0VC1rnt5kauVxPv20No8U3p5vDEj%2BOJuHUPpPF5t8PRS8l6IPYQ0Jh5dxbxcSP55%2F1WNrIA4LgR2lNhhvcrqQqig34%2F%2F81gNp2%2BiEOuO4Al4iq4m%2F%2FRJYjUmWrBFpO5ijSGWmMH70%2BuIJh%2FeF%2FCvtrMhNLqglnkLVJCNl96Uvlk2bVXPbXKudK2Mu1zfbjK8Y9LFTtMLwjcsK0o2D6GXB%2F9kC5Aj8owfkAmgt%2FA3Amv12QWKQltY%2BOHLKLZWZ4zpe6VpqEsZDIwwkJnwIOCseKy9nTNxQ5RFi82fJ28M4UFildadwjPRgY8RL57rmSWuoAp0QVzHhL5b0wLfSg61T5IQLT1mOxe1NhFDFbFAIVXHzDRpjbJkLCv6iU23%2B7L0qCwAJ5VwExN5Q1x83khwMvEQJFlcet5griYPPFPmvoNk9gTzeCrKO6Nkz6k1RaduhfjngHXLKyWXienpRCQFhRT8Rplq%2FxSOLfH35MN%2FHz84GOqQBspkTmDi%2F5VJtf7jJrvlHFiqpUBs0XYCff3wBvOD1F6GizU%2FQLJcA63o2AqAvEOVfzOJ%2BwSBHwO4x2M4k1VSH7PDPicFtTPaCWqBl3%2Br3IguvMRyA%2FJAgGtoeUZrpTsmrP3xgZVJ7rZCQsn7rC0nYtvlIOaRrGxM%2B8ndMK1aGX5TUXKJ6Tf8ZKhlpKYDGP1HIAJXpX8vAa%2F5NnP](https://s3.eu-central-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20260406T201821Z&X-Amz-Expires=1800&X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEAKaDGV1LWNlbmRyYWwtMSJIMEYCIQCBcpwD%2FGiMLvrQo4ioZ2eH%2FhvHtkErxyKKMdJMwTHliQlhALR5fLeYzpcceqXAS9u5dZSgoqaAL%2B4OxL8ZzE08Bzu90KoEECNL%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEQABoMNjY2MjYxMzQ1NDAlgw8KU37vm87Fbeoomcq1QMDuCd2746fD9zslOdYV5DCRxciftOYsj%2F%2BiYdvNG9bSHXWleppqYsR69ar6cANoYOs7M3Mlb7%2BdlDeeT%2FtPcav0F3GhvFkDX7gS7jmYju7G%2BMHiRW7REsiUyufv5zRWJl0UnBc7jpSvdbb0VC1rnt5kauVxPv20No8U3p5vDEj%2BOJuHUPpPF5t8PRS8l6IPYQ0Jh5dxbxcSP55%2F1WNrIA4LgR2lNhhvcrqQqig34%2F%2F81gNp2%2BiEOuO4Al4iq4m%2F%2FRJYjUmWrBFpO5ijSGWmMH70%2BuIJh%2FeF%2FCvtrMhNLqglnkLVJCNl96Uvlk2bVXPbXKudK2Mu1zfbjK8Y9LFTtMLwjcsK0o2D6GXB%2F9kC5Aj8owfkAmgt%2FA3Amv12QWKQltY%2BOHLKLZWZ4zpe6VpqEsZDIwwkJnwIOCseKy9nTNxQ5RFi82fJ28M4UFildadwjPRgY8RL57rmSWuoAp0QVzHhL5b0wLfSg61T5IQLT1mOxe1NhFDFbFAIVXHzDRpjbJkLCv6iU23%2B7L0qCwAJ5VwExN5Q1x83khwMvEQJFlcet5griYPPFPmvoNk9gTzeCrKO6Nkz6k1RaduhfjngHXLKyWXienpRCQFhRT8Rplq%2FxSOLfH35MN%2FHz84GOqQBspkTmDi%2F5VJtf7jJrvlHFiqpUBs0XYCff3wBvOD1F6GizU%2FQLJcA63o2AqAvEOVfzOJ%2BwSBHwO4x2M4k1VSH7PDPicFtTPaCWqBl3%2Br3IguvMRyA%2FJAgGtoeUZrpTsmrP3xgZVJ7rZCQsn7rC0nYtvlIOaRrGxM%2B8ndMK1aGX5TUXKJ6Tf8ZKhlpKYDGP1HIAJXpX8vAa%2F5NnP)

[Signature=6ac8e854ae3585fc602d644cc45c6f08a8225dc3069a6552ebc8876fd62e6e49&X-Amz-SignedHeaders=host&x-amz-checksum-mode=ENABLED&x-id=GetObject](https://s3.eu-central-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20260406T201821Z&X-Amz-Expires=1800&X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEAKaDGV1LWNlbmRyYWwtMSJIMEYCIQCBcpwD%2FGiMLvrQo4ioZ2eH%2FhvHtkErxyKKMdJMwTHliQlhALR5fLeYzpcceqXAS9u5dZSgoqaAL%2B4OxL8ZzE08Bzu90KoEECNL%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEQABoMNjY2MjYxMzQ1NDAlgw8KU37vm87Fbeoomcq1QMDuCd2746fD9zslOdYV5DCRxciftOYsj%2F%2BiYdvNG9bSHXWleppqYsR69ar6cANoYOs7M3Mlb7%2BdlDeeT%2FtPcav0F3GhvFkDX7gS7jmYju7G%2BMHiRW7REsiUyufv5zRWJl0UnBc7jpSvdbb0VC1rnt5kauVxPv20No8U3p5vDEj%2BOJuHUPpPF5t8PRS8l6IPYQ0Jh5dxbxcSP55%2F1WNrIA4LgR2lNhhvcrqQqig34%2F%2F81gNp2%2BiEOuO4Al4iq4m%2F%2FRJYjUmWrBFpO5ijSGWmMH70%2BuIJh%2FeF%2FCvtrMhNLqglnkLVJCNl96Uvlk2bVXPbXKudK2Mu1zfbjK8Y9LFTtMLwjcsK0o2D6GXB%2F9kC5Aj8owfkAmgt%2FA3Amv12QWKQltY%2BOHLKLZWZ4zpe6VpqEsZDIwwkJnwIOCseKy9nTNxQ5RFi82fJ28M4UFildadwjPRgY8RL57rmSWuoAp0QVzHhL5b0wLfSg61T5IQLT1mOxe1NhFDFbFAIVXHzDRpjbJkLCv6iU23%2B7L0qCwAJ5VwExN5Q1x83khwMvEQJFlcet5griYPPFPmvoNk9gTzeCrKO6Nkz6k1RaduhfjngHXLKyWXienpRCQFhRT8Rplq%2FxSOLfH35MN%2FHz84GOqQBspkTmDi%2F5VJtf7jJrvlHFiqpUBs0XYCff3wBvOD1F6GizU%2FQLJcA63o2AqAvEOVfzOJ%2BwSBHwO4x2M4k1VSH7PDPicFtTPaCWqBl3%2Br3IguvMRyA%2FJAgGtoeUZrpTsmrP3xgZVJ7rZCQsn7rC0nYtvlIOaRrGxM%2B8ndMK1aGX5TUXKJ6Tf8ZKhlpKYDGP1HIAJXpX8vAa%2F5NnP)

[2] [24] [43] <https://gemini.google/nl/subscriptions/?hl=nl>

<https://gemini.google/nl/subscriptions/?hl=nl>

[4] [25] [44] [73] [78] <https://www.microsoft.com/nl-nl/microsoft-365-copilot/pricing/individuals>

<https://www.microsoft.com/nl-nl/microsoft-365-copilot/pricing/individuals>

[5] [15] [17] [19] [34] [77] <https://help.openai.com/en/articles/9793128-what-is-chatgpt-pro>

<https://help.openai.com/en/articles/9793128-what-is-chatgpt-pro>

[6] [28] [51] [74] <https://www.deepseek.com/en/>

<https://www.deepseek.com/en/>

[7] [45] <https://www.microsoft.com/nl-nl/microsoft-365/buy/compare-all-microsoft-365-products>

<https://www.microsoft.com/nl-nl/microsoft-365/buy/compare-all-microsoft-365-products>

[8] [14] [26] <https://www.perplexity.ai/enterprise/pricing>

<https://www.perplexity.ai/enterprise/pricing>

[9] [12] [22] [30] [31] [79] <https://openai.com/nl-NL/index/introducing-chatgpt-go/>

<https://openai.com/nl-NL/index/introducing-chatgpt-go/>

[11] [47] [69] <https://support.microsoft.com/en-us/topic/privacy-faq-for-microsoft-copilot-27b3a435-8dc9-4b55-9a4b-58eeb9647a7f>

<https://support.microsoft.com/en-us/topic/privacy-faq-for-microsoft-copilot-27b3a435-8dc9-4b55-9a4b-58eeb9647a7f>

[13] [16] [33] [75] <https://help.openai.com/en/articles/6950777-what-is-chatgpt-plus>

<https://help.openai.com/en/articles/6950777-what-is-chatgpt-plus>

[18] [62] [63] [64] <https://help.openai.com/en/articles/5722486-how-your-data-is-used-to-improve-model-performance>

<https://help.openai.com/en/articles/5722486-how-your-data-is-used-to-improve-model-performance>

[20] [23] [40] <https://claude.com/pricing>

<https://claude.com/pricing>

[21] <https://nvlpubs.nist.gov/nistpubs/ai/NIST.AI.600-1.pdf>

<https://nvlpubs.nist.gov/nistpubs/ai/NIST.AI.600-1.pdf>

[27] [80] <https://mistral.ai/pricing>

<https://mistral.ai/pricing>

[29] [57] <https://help.x.com/en/using-x/x-premium-faq>

<https://help.x.com/en/using-x/x-premium-faq>

[32] [76] <https://help.openai.com/en/articles/11989085-what-is-chatgpt-go>

<https://help.openai.com/en/articles/11989085-what-is-chatgpt-go>

[35] <https://help.openai.com/en/articles/20001047>

<https://help.openai.com/en/articles/20001047>

[36] [67] [68] [81] <https://help.openai.com/en/articles/7730893-data-controls-faq>

<https://help.openai.com/en/articles/7730893-data-controls-faq>

[38] [60] [65] <https://privacy.claude.com/en/articles/10023580-is-my-data-used-for-model-training>

<https://privacy.claude.com/en/articles/10023580-is-my-data-used-for-model-training>

[39] <https://privacy.claude.com/en/articles/7996868-is-my-data-used-for-model-training>

<https://privacy.claude.com/en/articles/7996868-is-my-data-used-for-model-training>

[41] [66] [72] <https://support.google.com/gemini/answer/13594961?hl=en>

<https://support.google.com/gemini/answer/13594961?hl=en>

[42] <https://blog.google/innovation-and-ai/products/gemini-app/personal-intelligence/>

<https://blog.google/innovation-and-ai/products/gemini-app/personal-intelligence/>

[46] <https://learn.microsoft.com/en-us/copilot/microsoft-365/microsoft-365-copilot-privacy>

<https://learn.microsoft.com/en-us/copilot/microsoft-365/microsoft-365-copilot-privacy>

[48] [50] <https://help.mistral.ai/en/articles/393497-do-you-use-my-connectors-data-for-training>

<https://help.mistral.ai/en/articles/393497-do-you-use-my-connectors-data-for-training>

[49] <https://legal.mistral.ai/terms/privacy-policy>

<https://legal.mistral.ai/terms/privacy-policy>

[52] [54] https://api-docs.deepseek.com/quick_start/pricing-details-usd

https://api-docs.deepseek.com/quick_start/pricing-details-usd

[53] <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.deepseek.chat>

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.deepseek.chat>

[55] [56] <https://cdn.deepseek.com/policies/en-US/deepseek-privacy-policy.html>

<https://cdn.deepseek.com/policies/en-US/deepseek-privacy-policy.html>

[58] <https://x.ai/news/grok-4>

<https://x.ai/news/grok-4>

[59] <https://help.x.com/en/using-x/x-premium>

<https://help.x.com/en/using-x/x-premium>

[61] <https://oecd.ai/en/incidents/2024-01-03-518b>

<https://oecd.ai/en/incidents/2024-01-03-518b>

[70] <https://learn.microsoft.com/en-us/microsoft-365/copilot/enterprise-data-protection>

<https://learn.microsoft.com/en-us/microsoft-365/copilot/enterprise-data-protection>

[71] <https://chatgpt.com/plans/go/>

<https://chatgpt.com/plans/go/>