



2026

Pla formatiu per a la base social i la ciutadania

Índex de continguts

Índex de continguts	2
1. Introducció	3
2. Precedents i context	4
3. Objectius	6
4. Públic destinatari de la formació	7
5. Eixos temàtics	8
5.1 Model actual del mercat elèctric i les seves conseqüències	8
5.2 El model energètic promogut per Som Energia	9
5.3 Cooperativisme i economia social i solidària	10
5.4 Participació i cures	11
5.5 Consumidorisme	11
6. Metodologia	13
7. Espais i suports formatius	14
8. Retroalimentació i elaboració dels plans d'acció anuals	15

1. Introducció

Som Energia és una **cooperativa de consum d'energia verda sense ànim de lucre** compromesa a impulsar el canvi de l'actual model energètic; una comunitat de gairebé 87.000 persones i entitats sòcies implicades en la transició energètica transformadora.

Perquè aquesta transició cap a un model energètic sigui 100% renovable, inclusiva, democràtica i de propietat col·lectiva, és cabdal que la base social de Som Energia i la ciutadania estiguin informades i posicionades pel que fa a processos de producció, distribució i consum d'energia, a més d'altres eixos transversals que impacten en el dia a dia de la cooperativa.

A més, la gestió de l'energia entesa com un bé comú a través d'una cooperativa de consum, com Som Energia, requereix fer-ho sense ànim de lucre, amb debat i una presa de decisions participada i transparent, rendint comptes regularment i fent-nos càrrec del compromís vers la comunitat i els territoris.

Per això, **la formació de la base social de la cooperativa és clau** per enriquir la participació en la transició energètica transformadora, per aprofundir en coneixements sobre cooperativisme i energia, emmarcats en els principis de l'economia social i solidària, i per sumar a la transició ecosocial. A més, la cooperativa no tan sols ofereix formació als seus socis i sòcies, sinó que vol anar més enllà obrint espais formatius a la ciutadania amb l'objectiu de crear i enfortir la xarxa, generar diàleg i promoure el pensament crític.

Aquest pla recull les accions formatives dirigides a la base social i la ciutadania que Som Energia desenvolupa per tal que aquesta sigui eficaç, profitosa i alineada amb els objectius i estratègies de la cooperativa, que considera la formació una peça més de l'entramat de la participació a Som Energia.

2. Precedents i context

Som Energia és una cooperativa de persones consumidores i usuàries que, com a tal i en compliment de l'article 85 de la [Llei 12/2015, de 9 de juliol, de cooperatives](#), ha de garantir l'existència d'un fons propi d'educació i promoció de les cooperatives.

L'Assemblea General de Som Energia (AG d'ara endavant) va aprovar el 2017 les [línies estratègiques 2017-2020](#), en les quals apareix per primer cop la formació i divulgació de les persones sòcies com a activitat estratègica a impulsar. El 2018 l'AG va aprovar el [Pla de desenvolupament de les línies estratègiques](#) presentat pel Consell Rector, que recollia tres reptes vinculats a la formació de la base social de la cooperativa:

- **Repte 1** (dirigit a les persones sòcies): definir un programa de formació, que incentivi les sòcies i socis a tenir un rol més actiu a la cooperativa, sobre els temes següents:
 - El mercat i la tecnologia energètica renovable.
 - L'activitat cooperativista i l'economia social.
- **Repte 2** (dirigit a Grups Locals): dotar els Grups Locals de la cooperativa de recursos i eines per facilitar les activitats de formació i divulgació als seus territoris.
- **Repte 3** (dirigit a la societat en general): canalitzar la divulgació de les activitats i èxits de Som Energia, així com dels criteris que fa servir per desenvolupar la seva activitat, i generar opinió i consciència sobre la necessitat del canvi de model energètic.

Durant l'any 2018 es va posar en marxa un grup temporal de treball¹ amb la participació de persones sòcies, a partir del qual es va elaborar un [mapatge sobre com hauria de plantejar-se la formació a Som Energia](#).

Davant la necessitat de divulgar coneixements als diferents actors que formen part de la cooperativa per enfortir la seva raó de ser, es plantejava com a necessari reflexionar sobre quin és el millor sistema per assolir aquest objectiu.

Es fa un treball de cerca de referents en el moment d'elaborar les primeres reflexions sobre el Pla formatiu i no es troben exemples dins el marc de les [cooperatives energètiques europees](#). Si ens hi fixem, la majoria bolquen informació en un blog o una

¹ Els grups temporals de treball són espais de participació formats per persones i entitats sòcies, membres de l'Equip Tècnic i del Consell Rector que es reuneixen per treballar una proposta estratègica i, si s'escau, portar-la a l'Assemblea.

secció del seu web. La resta ha fet algunes passes més fermes i han començat a oferir cursos de diferents temàtiques, com és el cas [d'Énergie Partagée](#) o [Enercoop](#).

Durant el procés deliberatiu de la Gran Conversa 2023, que va implicar tots els estaments de la cooperativa, les accions d'educació i sensibilització apareixen en les [recomanacions finals del procés](#). Les campanyes d'educació i sensibilització poden influir en el canvi d'hàbits de consum i reducció d'energia, i el decreixement, una de les recomanacions amb les quals culmina el procés.

Actualment, l'àrea de formació de Som Energia s'emmarca dins l'equip de Cultura Cooperativa, que s'encarrega de facilitar la sinergia entre la dimensió politicosocietària i la tecnicoeconòmica de la cooperativa per tal de ser un projecte que faci la transició ecosocial.

L'equip vetlla per la qualitat democràtica de l'entitat, fomentant la formació i la participació de la base social, vinculant-se al territori mitjançant la promoció dels Grups Locals i les sòcies organitzades i promovent l'enxarxament amb la societat multiplicant l'impacte.

L'equip de Cultura Cooperativa és clau per a la presentació i l'enfocament que dona peu al present Pla formatiu.

A Som Energia volem plantejar les formacions de manera participada i sinèrgica, és a dir, com a element que permeti a la cooperativa maximitzar les seves qualitats. Aquest és el repte de Som Energia: crear un marc formatiu que retroalimenta la nostra essència.

3. Objectius

Els objectius generals del Pla formatiu de Som Energia per a la base social i la ciutadania són:

1. Empoderar la base social, i la ciutadania en general, per impulsar una transició energètica transformadora.
2. Augmentar els coneixements i competències de la base social de Som Energia per garantir el ple exercici dels seus drets democràtics en el si de la cooperativa de manera qualificada.
3. Promoure la participació i implicació de perfils de la base social diversos en els espais de participació que ofereix la cooperativa, posant especial atenció en els perfils de dones, persones no binàries i persones joves².
4. Fomentar els canvis culturals entorn de l'ús de l'energia, per donar resposta als objectius estratègics de la cooperativa.
5. Alinear els valors intrínsecs en la transició ecosocial entre els diferents estaments de la cooperativa: Consell Rector, Equip Tècnic, Grups Locals i sòcies organitzades, i base social.

² Diagnosi i disseny de protocols de participació de la cooperativa Som Energia. Altekio, 2022

4. Públic destinatari de la formació

Identifiquem els següents grups de persones com a destinataris del Pla formatiu, que poden presentar necessitats formatives específiques.

PÚBLIC OBJECTIU DEL PLA FORMATIU
• Base social de Som Energia. • Persones que formen la unitat de convivència de les persones sòcies de la cooperativa. • Grups Locals i sòcies activistes. • Grups d'interès específics (joves, dones i identitats dissident, autoproductors/es, etc.). • Ciutadania en general.

[Nota explicativa: Què entenem per grup d'interès del Pla formatiu?]

Els grups d'interès són col·lectius de persones que comparteixen alguna característica, casuística o inquietud comuna i, per aquest fet, el Pla formatiu preveu oferir espais de formació específics per a aquests grups.

Més tard plantejarem mitjançant quins espais aquests actors poden aportar la seva mirada específica, fer arribar les seves necessitats i retroalimentar l'elaboració dels diferents plans d'acció anuals.

5. Eixos temàtics

Les línies temàtiques estratègiques que es recullen en aquest document s'han identificat a partir dels diferents espais de participació i espais estratègics disponibles a la cooperativa i van alineades amb els objectius del Pla formatiu.

Aquestes línies són dinàmiques i es poden actualitzar a mesura que canviï la realitat de la qual forma part Som Energia.

5.1 Model actual del mercat elèctric i les seves conseqüències

Aquesta línia temàtica dona a conèixer el model actual de mercat elèctric on ens movem i les conseqüències vinculades, i pretén fomentar el pensament crític de la base social i la ciutadania.

- **Mercat elèctric i comercialització d'energia.** El mercat elèctric espanyol és un sistema complex, difícil de comprendre. La incorporació d'aquest tema té com a objectiu facilitar la comprensió del marc legal, la regulació i el funcionament del mercat elèctric a totes les persones que en fan ús.
- **Vulnerabilitat energètica.** Segons la [Llei 24/2015](#), la pobresa energètica és la dificultat per afrontar les factures dels subministraments bàsics d'electricitat, gas i aigua. Aquesta àrea temàtica sensibilitza a la ciutadania sobre aquesta situació, les seves conseqüències, les causes que la produeixen i difon eines per lluitar-hi en contra.
- **Crisi climàtica.** El context de crisi climàtica actual travessa múltiples aspectes de la nostra vida, entre els quals hi ha tota la cadena de producció, distribució i consum d'energia. L'objectiu d'aquesta temàtica formativa és sensibilitzar la base social i la ciutadania sobre el concepte de crisi climàtica, les seves causes i conseqüències, assenyalant els reptes individuals i col·lectius lligats a una situació de crisi climàtica, i també els reptes estructurals.
- **Petjada ecològica.** Analitzem i reflexionem sobre l'impacte social i ambiental que comporta la transició energètica. Els materials que escollim per a la transició energètica, l'impacte de les energies renovables, el paper del decreixement, entre d'altres, són alguns temes d'interès formatiu que s'hi inclouen.

5.2 El model energètic promogut per Som Energia

A Som Energia promovem un canvi cap a un model energètic 100% renovable, sostenible, eficient i en mans de la ciutadania. Aquesta línia temàtica se centra a aprofundir en el model energètic que impulsem des de la cooperativa.

- **Autoproducció** (individual, col·lectiva, autoconsum virtual). L'autoproducció és la generació d'energia renovable en el mateix lloc on s'utilitza. A través d'aquesta temàtica formativa s'exposa el funcionament de l'autoproducció energètica, les seves modalitats, la normativa que les regula i les recomanacions i bones pràctiques per fer-ne un ús responsable i eficient.
- **Generació d'energia verda.** Som Energia promovem projectes de generació renovables per tal d'incrementar la producció pròpia de la cooperativa. De fet, per a la cooperativa és cabdal cobrir la totalitat de la demanda d'energia elèctrica de les persones i entitats sòcies amb l'energia renovable produïda per la cooperativa. Aquesta temàtica formativa dona a conèixer les diferents modalitats de projectes de generació d'energia procedents de fonts renovables, així com contribueix al fet que les persones siguin part activa d'aquest model.
- **Eficiència energètica i flexibilitat de la demanda.** En un context de transició energètica és important conèixer quins hàbits o accions contribueixen a una eficiència energètica millor i saber quin és el moment òptim per fer ús de l'energia en funció de la disponibilitat de recursos renovables i locals o la tarifa més econòmica.

Aquest tema formatiu vol potenciar els canvis d'hàbits de les persones consumidores, oferir recomanacions per a un ús eficient de l'energia i promoure la flexibilitat de la demanda, que s'entén com la capacitat que tenen les persones de consumir energia en moments en què es genera més energia renovable (i provocar un estalvi econòmic, una optimització del consum i més consciència sobre la producció i disponibilitat de l'energia verda).

- **Comunitats energètiques.** Som Energia col·labora en l'impuls comunitats energètiques arreu del territori, amb l'objectiu de descentralitzar la generació de l'energia, democratitzar-ne l'accés i el consum, apostant per la propietat col·lectiva i inclusiva. Aquesta línia temàtica pretén donar a conèixer aquest tipus d'entitats, les seves característiques i la seva relació amb l'entorn, amb la finalitat de potenciar la creació de noves comunitats energètiques i afavorir-ne la gestió.

- **La gestió de Som Energia, des de dins.** L'Equip Tècnic de Som Energia s'organitza a través d'una estructura horitzontal, que posa les persones al centre i es nodreix de la intel·ligència col·lectiva per avançar en els objectius del projecte amb eficiència i agilitat. L'equip està en constant diàleg amb els òrgans socials i de govern de la cooperativa per tal de garantir la transparència, democràcia i governança en la seva gestió. Aquesta temàtica formativa ajuda a entendre com és la gestió de Som Energia, com s'organitza i com interactua amb l'entorn.

5.3 Cooperativisme i economia social i solidària

Som Energia és una cooperativa de persones i entitats consumidores que, entre moltes altres coses, també està compromesa amb els valors de l'economia social i solidària, els principis cooperatius i la visió global del que significa la transició ecosocial.

Alguns dels elements que aquestes esferes tenen en comú són posar la vida al centre i el compromís amb les persones, la comunitat i l'entorn.

El compromís és generar un espai més amable i més vivible, i això passa inevitablement, per ser, totes, persones més conscients que contribuïm i generem espais de convivència més empàtics, madurs i que afavoreixen la sostenibilitat de la vida, construint i nodrint vincles més respectuosos i responsables.

- **Model cooperatiu.** A Som Energia apostem pel model cooperatiu. Una cooperativa és una empresa social basada en uns principis democràtics en la qual les persones sòcies participen de la propietat, la gestió i els resultats de l'activitat principal de la cooperativa posant les necessitats de les persones per sobre el capital, alhora que dona respostes als reptes actuals.
- **Òrgans socials i de governança de les cooperatives de consum.** El Consell Rector i la Intervenció de Comptes són òrgans societaris d'una cooperativa de consum amb uns trets bàsics, un funcionament i una dinàmica de treball concrets. Aquesta temàtica vol donar a conèixer aquests òrgans socials i de govern, així com promoure'n una participació diversa.

5.4 Participació i cures

Tal com hem anat repetint, Som Energia es construeix com a cooperativa de consum, sense ànim de lucre i, per tant, és cabdal que totes les persones que en formen part tinguin l'oportunitat de dir la seva i participar de la vida cooperativa.

És a través del diàleg i la deliberació col·lectiva que arribem a solucions innovadores per arribar a la sobirania energètica i la transició ecosocial. A més, Som Energia és una cooperativa de consum propietat de totes les persones i entitats sòcies; per tant, hem de gestionar-la entre totes, de manera democràtica i participativa.

- **Som sòcies activistes.** Els Grups Locals, els Grups Transversals i les Persones Connectores són figures molt actives a la vida de Som Energia. Com és l'activisme i la participació d'aquestes persones a Som Energia i quins recursos tenen a l'abast per a la seva gestió?
- **Eines per optimitzar els grups de sòcies organitzades.** Formacions sobre eines de comunicació, dinamització de reunions, gestió del temps, gestió de conflictes...
- **Treball de revisió dels grups de sòcies organitzades cap a dins** que qüestionï la idea pròpia dels rols de gènere, el poder, la gestió dels conflictes, etc. Pretenem donar espai a les emocions, les cures i els vincles en els grups de persones més activistes de l'organització, i que aquesta transformació també tingui un impacte dins de la participació de la cooperativa.
- **Eixos transversals.** L'ecofeminisme, les masculinitats diverses, la distribució del temps, les eines de comunicació, etc. són algunes de les temàtiques formatives de caràcter transversal a la participació i les cures dins una cooperativa de consum.

5.5 Consumidorisme

A Som Energia posem a l'abast de la base social i la ciutadania accions formatives amb l'objectiu d'informar, orientar i assessorar sobre els drets i deures de les persones consumidores d'energia, i les formes d'exercir-los, afavorint el sentit crític i el consum conscient.

- **Factura de la llum.** La factura de la llum i els seus conceptes poden ser difícils d'interpretar. Aquesta línia temàtica desglossa els conceptes que apareixen a la factura de la llum i els descriu de manera senzilla. Exposa les seves interioritats i totes les possibilitats que les persones consumidores tenen a l'abast com a usuàries d'electricitat per fer més eficient i conscient el consum energètic.
- **Tipus de tarifes.** Expliquem tots els tipus de tarifes que s'ofereixen a la cooperativa en funció de les característiques de cada punt de subministrament.

Actualment, a Som Energia oferim el servei de comercialització d'electricitat 100% renovable per a tots els tipus de contractes: des de l'àmbit domèstic, també per a comunitats veïnals, fins a l'àmbit d'empresa o indústria, alta tensió i punts especials de càrrega de vehicles elèctrics d'accés públic.

- **Eficiència energètica.** Utilitzar menys energia i ser més eficients. Expliquem quines mesures podem adoptar a la llar, a la nostra comunitat de veïns, a les empreses, les administracions públiques o el transport, entre d'altres.

6. Metodologia

Metodologia formativa		
Nivell	Dedicació	Característiques
Tinc poc temps	Nivell de temps i compromís baix	• Informació fàcil i reproducible • Formats: vídeos curts, carrusel a XXSS, etc. • Garantir 1-2 materials del nivell bàsic per a cada tema
Vull aprofundir	Nivell de temps i compromís mitjà	• Informació més detallada • Formats: PDF, ponències gravades... • Materials disponibles a l'Aula Popular
Vinc a aportar	Nivell de temps i compromís alt	• Aprofundim amb una temàtica concreta • Espais de trobada sincrònics, amb inscripció prèvia • Diferents propostes, diferents durades • Formats: sessions en directe, debats al Participa, trobades temàtiques, l'[esc]hola, etc.

7. Espais i suports formatius

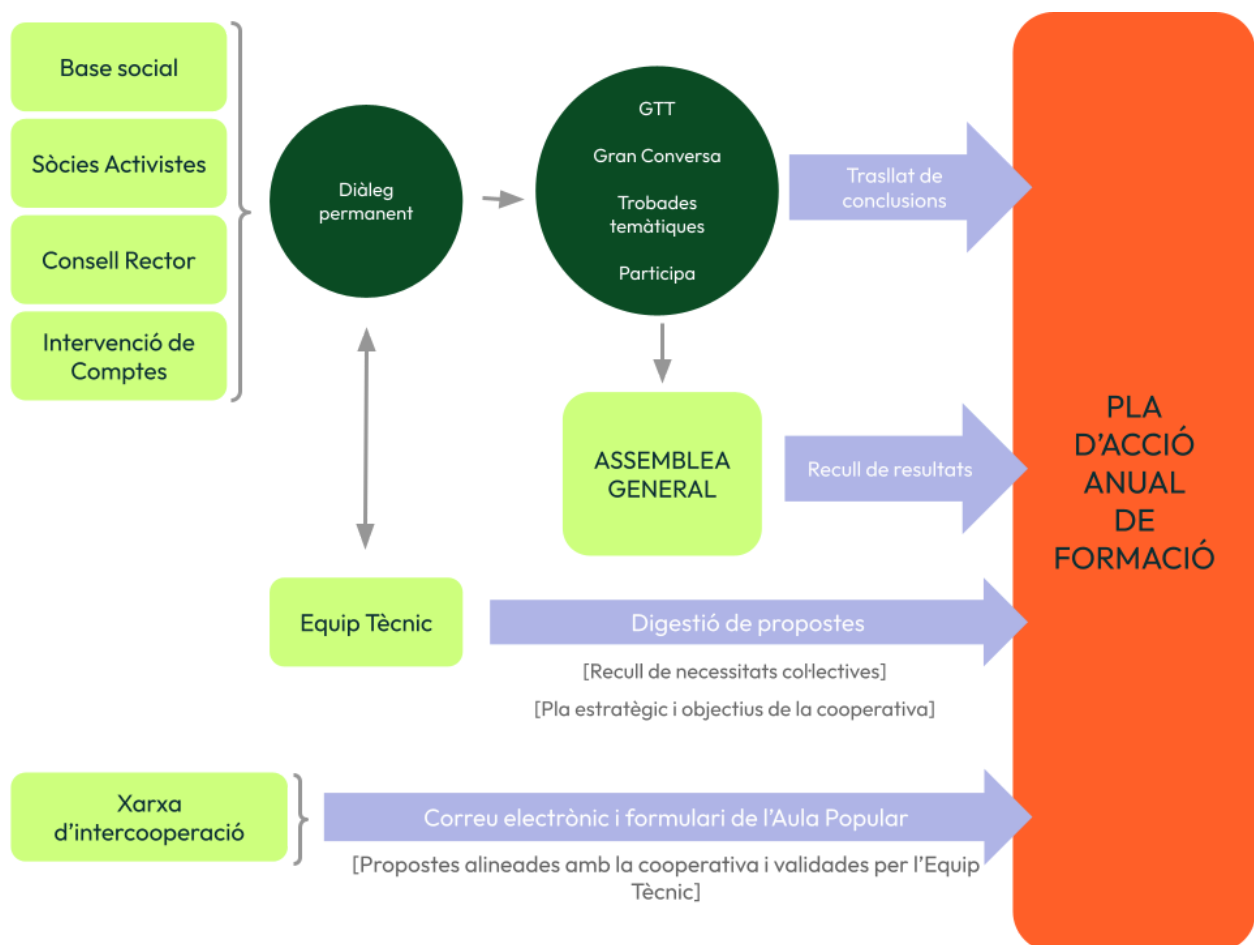
Les temàtiques formatives es desenvoluparan en diferents canals i espais generats amb un objectiu formatiu. Els espais identificats són els següents:

Tipus de suports formatius				
Nivell		Temps dedicació	de	Espais
Tinc poc temps		1 - 5 minuts		Webs, continguts per xarxes socials, vídeos curts, infografies, jocs de preguntes i respostes...
Vull aprofundir		30 min - 1 h		Material disponible a l'Aula Popular: guies, cursos en línia autogestionats, ponències gravades, entrevistes, pòdcasts...
Vinc a aportar		Espais de temps llargs o prolongats		L'[esc]hola, sessions en directe i en línia, sessions presencials, debats a la plataforma Participa...

8. Retroalimentació i elaboració dels plans d'acció anuals

Per retroalimentar els plans d'acció formatius anuals comptem amb els canals de participació habituals de la cooperativa. A Som Energia tenim un diàleg constant amb les persones i entitats sòcies que formen part de la cooperativa, i per això disposem de diferents canals per recollir l'opinió: el correu electrònic (participa@somenergia.coop), enquestes a la base social, la plataforma Participa i les sessions informatives i temàtiques que se celebren durant l'any. A més, disposem de diferents espais deliberatius, com la Gran Conversa, i de decisió, com l'Assemblea General en el calendari democràtic de la cooperativa.

També és cabdal la retroalimentació dels plans d'acció amb els òrgans de representació i decisió de la cooperativa, com el Consell Rector i la Intervenció de Comptes, amb el conjunt de sòcies més actives de la cooperativa que s'organitzen en Grups Locals, Grups Transversals o com a sòcies connectores, i amb l'Equip Tècnic de la cooperativa.



A més a més, a l'hora prioritzar i treballar les propostes formatives que arriben a través dels canals de retroalimentació explicats en aquest punt, l'equip de formació de la cooperativa té en compte els següents criteris de priorització:

- Alineació amb la missió, visió i valors de la cooperativa.
- Alineació amb l'estratègia de la cooperativa vigent i els objectius anuals.
- Alineació amb el Pla formatiu de la cooperativa i el Pla d'acció anual vigent.
- Atenció al context del sector: Es tracta d'algun tema emergent al qual hàgim de donar resposta des del Pla Formatiu?
- Foment de la diversitat de continguts.
- Foment de la diversitat de les persones participants (gènere, edat, territori (residència), territoris (origen)...)