



2026

Plan formativo para la base social y la ciudadanía

Índice de contenidos

Índice de contenidos	2
1. Introducción	3
2. Precedentes y contexto	4
3. Objetivos	6
4. Público destinatario de la formación	7
5. Ejes temáticos	8
5.1 Modelo actual del mercado eléctrico y sus consecuencias	8
5.2 El modelo energético promovido por Som Energia	9
5.3 Cooperativismo y economía social y solidaria	10
5.4 Participación y cuidados	11
5.5 Consumerismo	12
6. Metodología	13
7. Espacios y apoyos formativos	14
8. Retroalimentación y elaboración de los planes de acción anuales	15

1. Introducción

Som Energía es una cooperativa de consumo **de energía verde sin ánimo de lucro**, comprometida en impulsar el cambio del actual modelo energético; una comunidad de casi 87.000 personas y entidades socias implicadas en la transición energética transformadora.

Para que esta transición hacia un modelo energético sea 100% renovable, inclusiva, democrática y de propiedad colectiva, es capital que la base social de Som Energía y la ciudadanía estén informadas y posicionadas en cuanto a procesos de producción, distribución, consumo de energía y otros ejes transversales que impactan en el día a día de la cooperativa.

Además, la gestión de la energía entendida como un bien común a través de una cooperativa de consumo, como Som Energía, requiere hacerlo sin ánimo de lucro, con debate y una toma de decisiones participada y transparente, rindiendo cuentas regularmente y haciéndonos cargo del compromiso hacia la comunidad y los territorios.

Por eso, **la formación de la base social de la cooperativa es clave** para enriquecer la participación en la transición energética transformadora, para profundizar en conocimientos sobre cooperativismo y energía, enmarcados en los principios de la economía social y solidaria, y para sumar a la transición ecosocial. Además, la cooperativa no solo ofrece formación a sus socios y socias, sino que quiere ir más allá abriendo espacios formativos a la ciudadanía con el objetivo de crear y fortalecer la red, generar diálogo y promover el pensamiento crítico.

Este plan recoge las acciones formativas dirigidas a la base social y la ciudadanía que Som Energía desarrolla para que esta sea eficaz, provechosa y alineada con los objetivos y estrategias de la cooperativa, que considera la formación una pieza más del entramado de la participación en Som Energía.

2. Precedentes y contexto

Som Energia es una cooperativa de personas consumidoras y usuarias que, como tal y en cumplimiento del artículo 85 de la [Ley 12/2015, de 9 de julio, de cooperativas](#), tiene que garantizar la existencia de un fondo propio de educación y promoción de las cooperativas.

La Asamblea General de Som Energia (AG en adelante) aprobó en 2017 las [líneas estratégicas 2017-2020](#), en las que aparece por primera vez la formación y divulgación de las personas socias como actividad estratégica a impulsar. En 2018, la AG aprobó el [Plan de desarrollo de las líneas](#) estratégicas presentado por el Consejo Rector, donde se recogían tres retos vinculados a la formación de la base social de la cooperativa:

- **Reto 1** (dirigido a las personas socias): definir un programa de formación, que incentive a las personas socias a tener un rol más activo en la cooperativa, sobre las siguientes temáticas:
 - El mercado y la tecnología energética renovable.
 - La actividad cooperativista y la economía social.
- **Reto 2** (dirigido a Grupos Locales): dotar a los Grupos Locales de la cooperativa de recursos y herramientas para facilitar las actividades de formación y divulgación en sus territorios.
- **Reto 3** (dirigido a la sociedad en general): canalizar la divulgación de las actividades y éxitos de Som Energia, así como de los criterios que usa para desarrollar su actividad, y generar opinión y conciencia sobre la necesidad del cambio de modelo energético.

Durante 2018 se puso en marcha un grupo temporal de trabajo¹ con la participación de personas socias, a partir del cual se elaboró un [mapeo sobre cómo tendría que plantearse la formación en Som Energia](#).

Ante la necesidad de divulgar conocimientos a los diferentes actores que forman parte de la cooperativa para fortalecer su razón de ser, se planteaba como necesario reflexionar sobre cuál es el mejor sistema para lograr este objetivo.

Se efectúa una búsqueda de referentes en el momento de elaborar las primeras reflexiones sobre el plan formativo y no se encuentran ejemplos dentro [del marco de las](#)

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.

[cooperativas energéticas europeas](#). Si nos fijamos, la mayoría vuelca información en un blog o una sección de su web. El resto ha dado algunos pasos más firmes y ha empezado a ofrecer cursos de diferentes temáticas, como es el caso de [Énergie Partagée](#) o [Enercoop](#).

Durante el proceso deliberativo de la Gran Conversación 2023, que implicó a todos los estamentos de la cooperativa, las acciones de educación y sensibilización aparecen en las [recomendaciones finales del proceso](#). Las campañas de educación y sensibilización pueden influir en el cambio de hábitos de consumo de energía, su reducción y el decrecimiento, una de las recomendaciones con las que culmina el proceso.

Actualmente, el área de formación de Som Energía se enmarca dentro del equipo de Cultura Cooperativa, que se encarga de facilitar la sinergia entre la dimensión político-societaria y la técnico-económica de la cooperativa, al objeto de ser un proyecto que realiza la transición ecosocial.

El equipo vela por la calidad democrática de la entidad, fomentando la formación y la participación de la base social, vinculándose con el territorio mediante la promoción de los Grupos Locales y las socias organizadas, y promoviendo las redes con la sociedad con el fin de multiplicar su impacto.

El equipo de Cultura Cooperativa es clave para la presentación y el enfoque que da pie al presente plan formativo.

En Som Energía queremos plantear las formaciones de manera participada y sinérgica, es decir, como elemento que permita a la cooperativa maximizar sus cualidades. Este es el reto de Som Energía: crear un marco formativo que retroalimente nuestra esencia.

3. Objetivos

Los objetivos generales del Plan formativo de Som Energia para la base social y la ciudadanía son:

1. Empoderar a su base social y a la ciudadanía en general, para impulsar una transición energética transformadora.
2. Aumentar los conocimientos y competencias de la base social de Som Energia para garantizar el pleno ejercicio de sus derechos democráticos en el seno de la cooperativa de manera cualificada.
3. Promover la participación e implicación de perfiles de su base social en los espacios de participación que ofrece la cooperativa, poniendo especial atención en los perfiles de mujeres, personas no binarias y personas jóvenes.
4. Fomentar los cambios culturales en torno al uso de la energía, para dar respuesta a los objetivos estratégicos de la cooperativa.
5. Alinear los valores intrínsecos en la transición ecosocial entre los diferentes estamentos de la cooperativa: Consejo Rector, Equipo Técnico, Grupos Locales y socias organizadas, y base social.

4. Público destinatario de la formación

Identificamos los siguientes grupos de personas como destinatarias del plan formativo y que pueden presentar necesidades formativas específicas.

PÚBLICO OBJETIVO DEL PLAN FORMATIVO
• Base social de Som Energia • Personas que forman la unidad de convivencia de las personas socias de la cooperativa • Grupos Locales y socias activistas • Grupos de interés específicos (jóvenes, mujeres e identidades disidentes, autoproductores/as, etc.) • Ciudadanía en general

[Nota explicativa: ¿Qué entendemos por grupo de interés del plan formativo?]

Los grupos de interés son colectivos de personas que comparten alguna característica, casuística o inquietud común y, por eso, el plan formativo contempla ofrecer espacios de formación específicos para estos grupos.

Más tarde plantearemos mediante qué espacios estos actores pueden aportar su mirada específica, hacer llegar sus necesidades y retroalimentar la elaboración de los diferentes planes de acción anuales.

5. Ejes temáticos

Las líneas temáticas estratégicas que se recogen en este documento se han identificado a partir de los diferentes espacios de participación y espacios estratégicos disponibles en la cooperativa y van alineadas con los objetivos del plan formativo.

Las líneas temáticas son dinámicas y pueden actualizarse a medida que cambie la realidad de la que Som Energía forma parte.

5.1 Modelo actual del mercado eléctrico y sus consecuencias

Esta línea temática da a conocer el modelo actual de mercado eléctrico en el que nos movemos y sus consecuencias, y pretende fomentar el pensamiento crítico de la base social y la ciudadanía.

- **Mercado eléctrico y comercialización de energía.** El mercado eléctrico español es un sistema complejo y difícil de comprender. La incorporación de este tema tiene como objetivo facilitar la comprensión del marco legal y su regulación, además del funcionamiento del mercado eléctrico, a todas las personas que lo utilizan.
- **Vulnerabilidad energética.** Según la [Ley 24/2015](#), la pobreza energética es la dificultad para afrontar las facturas de los suministros básicos de electricidad, gas y agua. Esta área temática sensibiliza a la ciudadanía sobre esta situación, sus consecuencias, las causas que la producen y difunde herramientas para luchar en contra.
- **Crisis climática.** El contexto de crisis climática actual atraviesa múltiples aspectos de nuestra vida, entre ellos, toda la cadena de producción, distribución y consumo de energía. El objetivo de esta temática formativa es sensibilizar a la base social y la ciudadanía sobre el concepto de crisis climática, sus causas y consecuencias, señalando los retos individuales y colectivos relacionados con una situación de crisis climática, y también los retos estructurales.
- **Huella ecológica.** Analizamos y reflexionamos sobre el impacto social y ambiental que comporta la transición energética. Los materiales que escogemos para la transición energética, el impacto de las energías renovables, el papel del

decrecimiento, entre otros, son algunos temas de interés formativo que se incluyen en este ámbito.

5.2 El modelo energético promovido por Som Energía

En Som Energía promovemos un cambio hacia un modelo energético 100% renovable, sostenible, eficiente y en manos de la ciudadanía. Esta línea temática se centra en profundizar en el modelo energético que impulsamos desde la cooperativa.

- **Autoproducción** (individual, colectiva, autoconsumo virtual). La autoproducción es la generación de energía renovable en el mismo lugar donde se utiliza. A través de esta temática formativa se expone el funcionamiento de la autoproducción energética, sus modalidades, la normativa que las regula y las recomendaciones y buenas prácticas para hacer un uso responsable y eficiente.
- **Generación de energía verde.** Som Energía promovemos proyectos de generación renovables para incrementar la producción propia de la cooperativa. De hecho, para la cooperativa es capital cubrir la totalidad de la demanda de energía eléctrica de las personas y entidades socias con la energía renovable producida por la cooperativa. Esta temática formativa da a conocer las diferentes modalidades de proyectos de generación de energía procedentes de fuentes renovables, así como contribuye a que las personas sean parte activa de este modelo.
- **Eficiencia energética y flexibilidad de la demanda.** En un contexto de transición energética, es importante conocer qué hábitos o acciones contribuyen a una mayor eficiencia energética y saber cuál es el momento óptimo para hacer uso de la energía en función de la disponibilidad de recursos renovables y locales o la tarifa más económica.

Este tema formativo quiere potenciar los cambios de hábitos de las personas consumidoras, ofrecer recomendaciones para un uso eficiente de la energía y promover la flexibilidad de la demanda, que se entiende como la capacidad que tienen las personas de consumir energía en momentos en que se genera más energía renovable (y provocar un ahorro económico, una optimización del consumo y más conciencia sobre la producción y disponibilidad de la energía verde).

- **Comunidades energéticas.** Som Energía colabora en el impulso de comunidades energéticas en todo el territorio, con el objetivo de descentralizar la generación de la energía, democratizar su acceso y consumo, apostando por la propiedad colectiva e inclusiva. Esta línea temática pretende dar a conocer este tipo de entidades, sus características y su relación con el entorno, con el fin de potenciar la creación de nuevas comunidades energéticas y favorecer su gestión.
- **La gestión de Som Energía, desde dentro.** El Equipo Técnico de Som Energía se organiza a través de una estructura horizontal, que pone las personas en el centro y se nutre de la inteligencia colectiva para avanzar en los objetivos del proyecto con eficiencia y agilidad. El equipo está en constante diálogo con los órganos sociales y de gobierno de la cooperativa para garantizar la transparencia, democracia y gobernanza en su gestión. Esta temática formativa ayuda a entender cómo es la gestión de Som Energía, cómo se organiza y cómo interactúa con su entorno.

5.3 Cooperativismo y economía social y solidaria

Som Energía es una cooperativa de personas y entidades consumidoras que, entre otras muchas cosas, también está comprometida con los valores de la economía social y solidaria, los principios cooperativos y la visión global de lo que significa la transición ecosocial.

Algunos de los elementos que estas esferas tienen en común son poner la vida en el centro y el compromiso con las personas, la comunidad y el entorno.

El compromiso es generar un espacio más amable y más vivible, y eso pasa inevitablemente, por ser, todas, personas más conscientes que contribuimos y generamos espacios de convivencia más empáticos, maduros y que favorecen la sostenibilidad de la vida, construyendo y nutriendo vínculos más respetuosos y responsables.

- **Modelo cooperativo.** En Som Energía apostamos por el modelo cooperativo. Una cooperativa es una empresa social basada en unos principios democráticos en la que las personas socias participan de la propiedad, la gestión y los resultados de la actividad principal de la cooperativa, poniendo las necesidades de las personas por encima del capital, a la vez que da respuestas a los retos actuales.

- **Órganos sociales y de gobernanza de las cooperativas de consumo.** El Consejo Rector y la Intervención de Cuentas son órganos societarios de una cooperativa de consumo con unas características básicas, un funcionamiento y una dinámica de trabajo concretos. Esta temática quiere dar a conocer estos órganos sociales y de gobierno, así como promover una participación diversa.

5.4 Participación y cuidados

Tal y como hemos ido repitiendo, Som Energía se construye como cooperativa de consumo, sin ánimo de lucro y, por lo tanto, es capital que todas las personas que forman parte de ella tengan la oportunidad de decir su opinión y participar en la vida cooperativa.

Es a través del diálogo y la deliberación colectiva cuando llegamos a soluciones innovadoras para llegar a la soberanía energética y la transición ecosocial. Además, Som Energía es una cooperativa de consumo propiedad de todas las personas y entidades socias; por lo tanto, tenemos que gestionarla entre todas, de manera democrática y participativa.

- **Somos socias activistas.** Los Grupos Locales, los Grupos Transversales y las Personas Conectoras son figuras muy activas en la vida de Som Energía. ¿Cómo es el activismo y la participación de estas personas en Som Energía y qué recursos tienen al alcance para su gestión?
- **Herramientas para optimizar a los grupos de socias organizadas.** Formaciones sobre herramientas de comunicación, dinamización de reuniones, gestión del tiempo, gestión de conflictos...
- **Trabajo de revisión de los grupos de socias organizadas hacia adentro** que cuestione la idea propia de los roles de género, el poder, la gestión de los conflictos, etc. Pretendemos dar espacio a las emociones, los cuidados y los vínculos en los grupos de personas más activistas de la organización, y que esta transformación también tenga un impacto dentro de la participación de la cooperativa.
- **Ejes transversales.** El ecofeminismo, las masculinidades diversas, la distribución del tiempo, las herramientas de comunicación, etc. son algunas de las temáticas formativas de carácter transversal a la participación y los cuidados dentro de una cooperativa de consumo.

5.5 Consumerismo

En Som Energía ponemos al alcance de la base social y la ciudadanía acciones formativas con el objetivo de informar, orientar y asesorar sobre los derechos y deberes de las personas consumidoras de energía, y las formas de ejercerlos, favoreciendo el sentido crítico y el consumo consciente.

- **Factura de la luz.** La factura de la luz y sus conceptos pueden ser difíciles de interpretar. Esta línea temática desglosa los conceptos que aparecen en la factura de la luz y los describe de forma sencilla. Expone sus interioridades y todas las posibilidades que las personas consumidoras tienen a su alcance como usuarias de electricidad para hacer más eficiente y consciente el consumo energético.
- **Tipos de tarifas.** Explicamos todos los tipos de tarifas que se ofrecen en la cooperativa en función de las características de cada punto de suministro. Actualmente, en Som Energía ofrecemos el servicio de comercialización de electricidad 100% renovable para todos los tipos de contratos: desde el ámbito doméstico, también para comunidades vecinales, hasta el ámbito de empresa o industria, alta tensión y puntos especiales de carga de vehículos eléctricos de acceso público.
- **Eficiencia energética.** Utilizar menos energía y ser más eficientes. Explicamos qué medidas podemos adoptar en el hogar, en nuestra comunidad de vecinos, en las empresas, las administraciones públicas o el transporte, entre otros.

6. Metodología

Metodología formativa		
Nivel	Dedicación	Características
Tengo poco tiempo	Nivel de tiempo y compromiso bajo	• Información fácil y reproducible • Formatos: vídeos cortos, carrusel en RRSS, etc. • Garantizar 1-2 materiales del nivel básico para cada tema
Quiero profundizar	Nivel de tiempo y compromiso medio	• Información más detallada • Formatos: PDF, ponencias grabadas... • Materiales disponibles en el Aula Popular
Vengo a aportar	Nivel de tiempo y compromiso alto	• Profundizamos con una temática concreta • Espacios de encuentro sincrónicos, con inscripción previa • Diferentes propuestas, diferentes duraciones • Formatos: sesiones en directo, debates en el Participa, encuentros temáticos, la [esc]hola, etc.

7. Espacios y apoyos formativos

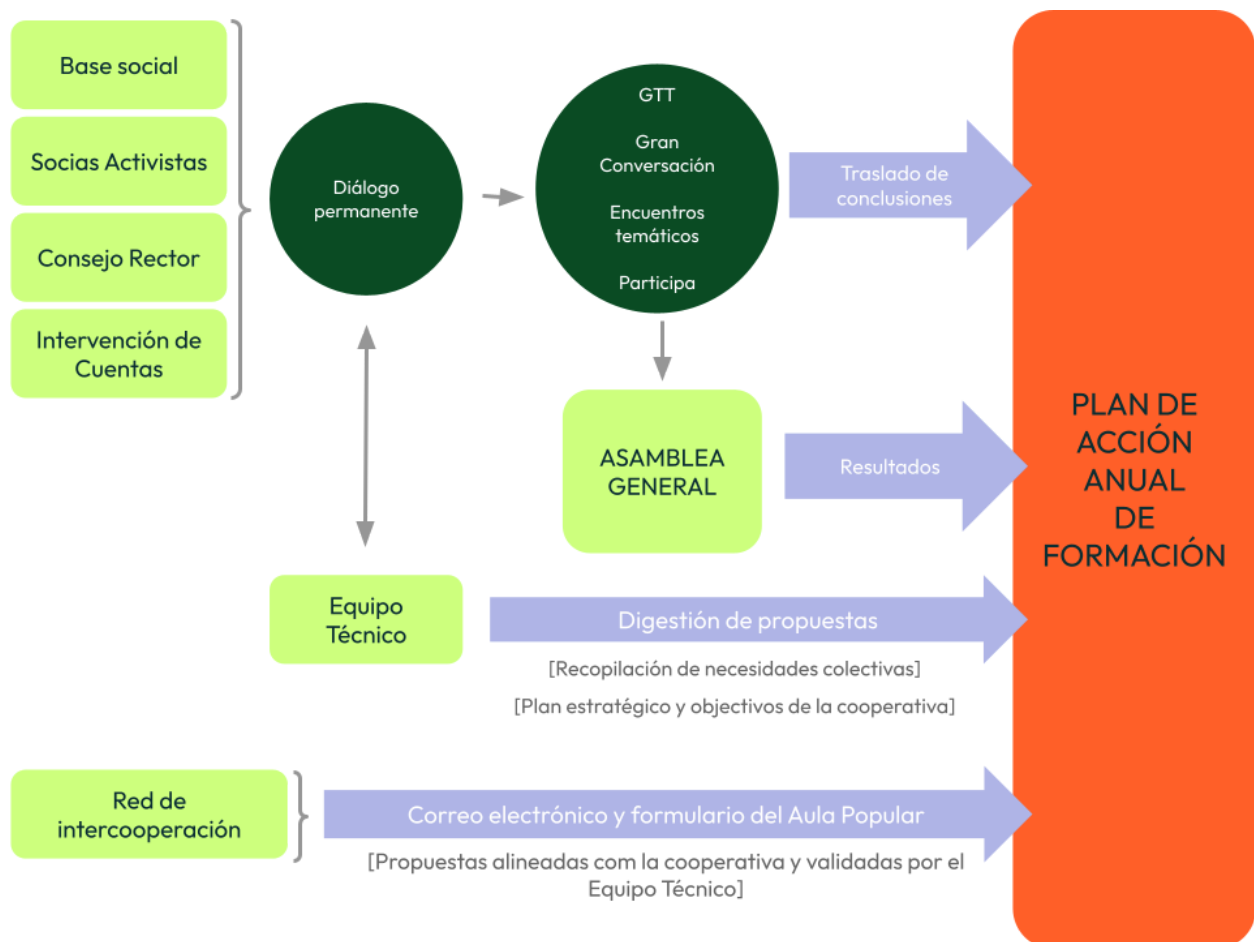
Las temáticas formativas se desarrollarán en diferentes canales y espacios generados con un objetivo formativo. Los espacios identificados son los siguientes:

Tipo de apoyos formativos		
Nivel	Tiempo de dedicación	Espacios
Tengo poco tiempo	1 - 5 minutos	Webs, contenidos por redes sociales, vídeos cortos, infografías, juegos de preguntas y respuestas...
Quiero profundizar	30 min - 1 h	Material disponible en el Aula Popular: guías, cursos en línea autogestionados, ponencias grabadas, entrevistas, podcasts...
Vengo a aportar	Espacios de tiempo largos o prolongados	La [esc]hola, sesiones en directo y en línea, sesiones presenciales, debates en la plataforma Participa...

8. Retroalimentación y elaboración de los planes de acción anuales

Para retroalimentar los planes de acción formativos anuales, contamos con los canales de participación habituales de la cooperativa. En Som Energía tenemos un diálogo constante con las personas y entidades socias que forman parte de la cooperativa, y por eso disponemos de diferentes canales para recoger su opinión: el correo electrónico (participa@somenergia.coop), encuestas en la base social, la plataforma Participa y las sesiones informativas y temáticas que se celebran durante el año. Además, disponemos de diferentes espacios deliberativos, como la Gran Conversación, y de decisión, como la Asamblea General en el calendario democrático de la cooperativa.

También es capital la retroalimentación de los planes de acción con los órganos de representación y decisión de la cooperativa, como el Consejo Rector y la Intervención de Cuentas, con el conjunto de socias más activas de la cooperativa que se organizan en Grupos Locales, Grupos Transversales o como socias conectoras, y con el Equipo Técnico de la cooperativa.



Además, en el momento de priorizar y trabajar las propuestas formativas que llegan a través de los canales de retroalimentación explicados en este punto, el equipo de formación de la cooperativa tiene en cuenta los siguientes criterios de priorización:

- Alineación con la misión, visión y valores de la cooperativa.
- Alineación con la estrategia de la cooperativa vigente y los objetivos anuales.
- Alineación con el plan formativo de la cooperativa y el plan de acción anual vigente.
- Atención al contexto del sector: ¿Se trata de algún tema emergente al que tengamos que dar respuesta desde el plan formativo?
- Fomento de la diversidad de contenidos.
- Fomento de la diversidad de las personas participantes (género, edad, territorio (residencia), territorios (origen)...))