

**APORTACIONS DELS PARTICIPANTS EN EL PRIMER TALLER DE DEBAT "FIGUERES I EL REpte DE L'ENERGIA". 31 D'OCTUBRE DE 2013 DE 2013. ESCOLA PARC DE LES AIGÜES.**

<b>1. ENTORN PERSONAL I FAMILIAR</b>	
<b>CONSUM ENERGÈTIC DELS INDIVIDUS</b>	
<b>PROPOSTES</b>	<b>OBSTACLES</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>○ Les famílies s'autoabastiran la seva pròpia energia mitjançant fonts energètiques 100% renovables (autoconsum)</li><li>○ Les famílies seran part activa de cooperatives energètiques des d'on es generarà energia des de fonts 100% renovables</li><li>○ Individus i famílies amb uns nivells de consum energètic molt inferiors als actuals i amb actituds i tecnologies basades en l'estalvi.</li><li>○ Vida quotidiana sense necessitat de dependre de vehicles privats contaminants i amb una gran presència de transport públic i alternatives de transport sostenible i eficient (vehicles elèctrics, <i>car sharing</i>, etc.)</li><li>○ El canvi d'hàbits esdevé quelcom fonamental per prendre consciència del consum energètic i reduir-lo significativament. Per això és proposa:</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Calen variacions de la legislació actual</li><li>○ Suposa un esforç personal i un seguit de costos que, a hores d'ara, molts ciutadans no estarien disposat a assumir</li><li>○ Aquest escenari suposa un esforç personal i un seguit de costos que, a hores d'ara, molts ciutadans no estarien disposat a assumir</li><li>○ Aquest escenari suposa un esforç personal i un seguit de costos que, a hores d'ara, molts ciutadans no estarien disposat a assumir</li><li>○ Les dificultats que comporten aquestes regulacions dins un context de globalització econòmica.</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Potenciar els productes de Km 0 i gravar o penalitzar d'alguna manera aquells que no ho siguin (la penalització no té perquè ser econòmica, pots ser social, simbòlica, etc.). Els productes de Km 0 haurien d'acreditar: sostenibilitat ambiental en la seva producció i distribució, i excel·lència pel que fa a la seva qualitat.</li> <li>○ Gravar impositivament i penalitzar simbòlica i socialment els productes fabricats en països que no compleixin les normatives ambientals ni els drets laborals, o siguin fabricats per companyies poc responsables des del punt de vista corporatiu amb el medi o el territori.</li> <li>○ Penalitzar, limitar i/o conscienciar de la despesa energètica que suposa l'oci vinculat als bitllets d'avió low cost.</li> <li>○ Es tindran molt en compte les tres R: Reduir el consum, Reutilitzar objectes i béns el màxim possible i Reciclar. Disminució dràstica del consum de productes superflus.</li> <li>○ Hi haurà menys consum energètic individual: la millor energia és la que no consumim.</li> <li>○ Consum de productes de proximitat, sense envasos i sobretot sense plàstics. El consum de productes no sostenibles estarà gravat en forma de taxes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ La cultura del consum</li> <li>○ L'avarícia dels oligopolis que impedeixen canvis reals</li> </ul>
<p><b>CARACTERÍSTIQUES DE LES LLARS I ELS HABITATGES</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tecnologies avançades que permetran accedir a tots els canals d'informació i comunicació a través d'una sola plataforma (amb tot l'estalvi de recursos que aquest fet suposa)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Aquest canvi va en contra dels interessos comercials i econòmics del mitjans de comunicació (premsa, televisió, internet, ràdios, etc)</li> </ul>

- Llars amb tecnologies desenvolupades (domòtica, per exemple) que garantiran nivells d'eficiència energètica molt elevats, i on l'origen de l'energia que s'hi consumeix estarà absolutament lligada a la natura i a la sostenibilitat.
- L'energia a les llars com un bé de gestió col·lectiva, enfront l'individualisme actual.
- Llars amb tecnologia que permetrà monitoritzar el consum d'energia a temps real, facilitant així l'estalvi
- Caldria que tots els habitatges de nova construcció fossin eficients des del punt de vista energètic, a saber, no només capaços de produir l'energia necessària des del punt de vista de l'autosuficiència, sinó que també tinguessin la capacitat de produir-ne amb la finalitat de poder-la vendre (sense fins especulatius) o donar-la (solidaritat energètica local) a la xarxa (la qual fora òptim que sirgués de titularitat pública i estigués gestionada per l'administració local).
- De la mateixa manera caldria millorar i emprendre accions de rehabilitació energètica en tots els habitatges ja construïts per tal de fer-los molt més eficients (a ser possible autosuficients, o com a mínim reduir notablement la seva despesa i consum energètic). Per exemple centralitzant les calefaccions i altres fons energètiques dels edificis, i plantejar-s'ho també fins i tot a nivell de barri.
- La reducció del consum energètic va estretament lligada a les formes d'organització social. En aquest sentit s'argumenta i es proposa la promoció de canvis pel que fa a les formes de convivència. Es tracta de tornar a viure en unitats familiars més grans (no necessàriament de

- Aquesta transformació no serà possible si no es promouen, des de les administracions públiques, avantatges i incentius: "Sense incentius econòmics per als individus els canvis no és possible".
- Aquesta transformació no serà possible si no es promouen, des de les administracions públiques, avantatges i incentius
- Costos
- Els interessos econòmics de les grans companyies elèctriques, en tant que opositores i relentitzadores dels canvis proposats.
- Les normes i lleis del govern central, les quals no només no afavoreixen aquests canvis, sinó que hi legislen en contra.
- Les inversions econòmiques que caldria realitzar per impulsar els canvis proposats.

parentiu biològic, sinó també social) amb un doble objectiu:

- Que la tipologia dels nous habitatges fos el més eficient i econòmic possible des del punt de vista infraestructural.
- Incentivar les relacions socials de proximitat per tal de promoure l'intercanvi d'objectes, l'allargament de la seva vida i el fet de compartir-los, així com l'intercanvi de productes i serveis (banc del temps, etc.).
- Per provocar un canvi en les actituds individuals i familiars respecte a la necessitat de limitar el consum energètic i fer-lo molt més eficient es proposa trobar algun sistema que permeti:
  - A cada usuari, personal i/o unitat familiar saber en cada moment quin és el consum que està generant, quan li costa, d'on ve l'energia que consumeix i quines repercussions té per al medi ambient.
  - Que cada persona, usuari i/o unitat familiar tingués un comptador personal de la seva despesa energètica, de la quantitat de Co2 que aquesta provoca i un límit de consum d'energia vinculat a la contaminació que provoca.
- Autosuficiència energètica total, emprant renovables: Si es pot a nivell de casa, sinó del veïnat o urbanització.
- Edificis aïllats per l'exterior, amb materials sostenibles i suro, sense escumes (poliestirens, etc.). Presència de cobertes solars, molinets, etc.
- Totes les il·luminacions seran de baix consum i màxima eficiència (ex. Leds).

- Dificultats econòmiques.
- Superar el fet que actualment és més costós emprar renovables i l'autoabastament. La penalització de l'autogeneració energètica.
- Problemes associats amb la dependència de la domòtica.

- A tots els edificis hi haurà mesures de control i avisos que faran visible el consum.
- Recollida de les pluvials i reutilització i reciclatge de l'aigua en un 100% en la pròpia llar.
- Regulacions que incentivin les bones pràctiques i penalitzin els malbaratadors energètics. Amb el què es reculli mitjançant penalitzacions es millorarà l'estat de les llars de les persones que no poden pagar canvis tècnics o bé que no poden pagar la factura energètica.
- Reducció del factor de potència a la factura energètica.

#### **INDIVIDUS MÉS CONSCIENCIATS EN TEMES D'ENERGIA**

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ciutadans amb uns nivells de conscienciació i de comprensió molt diferents als actuals en relació al que suposa el consum energètic en tots els seus àmbits.</li> <li>○ Ciutadans educats en els valors de l'eficiència i la responsabilitat. Conscients del valor de l'energia i de la necessitat de fer-ne un consum responsable.</li> <li>○ Ciutadans austers pel que fa al consum energètic, consumint només el que és imprescindible on serà impossible viure escenes familiars d'excés de calefacció, banyeres, etc.</li> <li>○ Ciutadans acostumats a viure amb ritmes de vida adaptats als horaris solars (aprofitament).</li> <li>○ Persones acostumades a prendre part dels afers col·lectius, menys individualistes i molt implicades en els espais de participació i col·laboració</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Cal que es canviïn hàbits i aconseguir nivells de conscienciació que hores d'ara semblen molt difícils d'assolir.</li> <li>○ L'estalvi energètic suposa uns canvis d'hàbits difícils d'assumir per la societat actual.</li> <li>○ Estem habituats a uns nivells de confort (irresponsable) als que no volem renunciar.</li> <li>○ Pes dels ritmes productius actuals, i necessitat de canvis socials i industrials.</li> <li>○ Les actituds individualistes i de comoditat de la societat actual</li> <li>○ Manca de consciència de la majoria de la població</li> </ul> |
|--|---|

<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ciutadans molt conscienciats sobre el cost elevat de l'energia i sobre les dificultats d'abastament d'un model centralitzat.</li> <li>○ Hi haurà incentius per l'estalvi i es motivarà i fomentarà mitjançant campanyes i accions entre els veïns.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Monopolis energètics</li> <li>○ Els polítics són els primers que afavoreixen aquests monopolis</li> </ul>
<p><b>TECNOLOGIA</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Aprofitar el potencial que ens ofereixen les noves tecnologies per reduir el consum energètic de les llars:</li> <li>○ Promoure la instal·lació de detectors de presència per activar i desactivar els llums.</li> <li>○ Promoure la compra d'electrodomèstics intel·ligents que adapten el seu funcionament i consum a les particularitats i necessitats dels usuaris i a les formes de producció i disponibilitat de fonts energètiques de forma gairebé automàtica reduint la despesa i maximitzant l'ús de l'energia en funció de la seva tipologia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ La inversió inicial que cal fer per adaptar les instal·lacions i adquirir els aparells/electrodomèstics intel·ligents.</li> <li>○ La manca d'informació a temps real sobre el consum energètic i el tipus de fonts energètiques de les quals s'alimenten els aparells en cada moment.</li> </ul>

<b>2.-ENTORN PÚBLIC I COL·LECTIU</b>	
<b>CIUTAT INTEL·LIGENT I SOSTENIBLE</b>	
<b>PROPOSTES</b>	<b>OBSTACLES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ciutat on l'Ajuntament posa a disposició de la ciutadania multitud d'eines d'SmartCity pensades per a promoure la sostenibilitat (reduir desplaçaments, facilitar aparcament de vehicles, etc.)</li> <li>○ Ciutat on l'espai públic està volcat a la mobilitat sostenible dels ciutadans (bicicletes, vianants, vehicles elèctrics individuals i col·lectius), i on els desplaçaments només respondran a necessitats reals.</li> <li>○ Ciutat on els ciutadans fan un consum racionalitzat de béns i serveis i on, en conseqüència, el transport de mercaderies al centre no estarà sobredimensionat. "no cal que al centre de la ciutat sigui un supermercat on pots trobar de tot".</li> <li>○ Es proposa potenciar de manera desacomplexada la xarxa de carrils bici de la ciutat i convertir aquest mitjà de transport en el vehicle principal per desplaçar-se pel municipi fent èmfasi en els trajectes rutinaris i adequant la via pública.</li> <li>○ Per evitar desplaçaments llargs i, per tant, els costos econòmics i energètics que aquests suposen es proposa que, a través de les noves tecnologies i aplicacions de caràcter innovador, les persones de Figueres que treballen en ciutats relativament allunyades puguin posar-se en contacte amb altres persones que viuen al lloc on ells treballen i que es desplacen a Figueres per qüestions de feina amb la finalitat de poder</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Calen apostes decidides i destinar-hi recursos. A més, també cal considerar els costos ambientals i energètics que suposa disposar de molta tecnologia.</li> <li>○ La mobilitat actual està massa centrada en la mobilitat mitjançant vehicles privats i sobredimensionats (en potència i consum). Interessos econòmics</li> <li>○ Ciutadans amb mentalitat molt consumista i acostumats a trobar de tot i a prop.</li> <li>○ La inèrcia del cotxe, per bé que en la mesura que l'adequació de l'espai públic prioritzi l'ús de la bici els hàbits de mobilitat interna canviaran.</li> <li>○ Les reticències i les dificultats que podrien tenir o patir els empresaris. De totes maneres per vèncer aquests problemes es podria començar per fer una prova pilot amb empreses que fossin del mateix grup i empreses que tinguin seu a Figueres, Girona i Barcelona. Posteriorment es podrien introduir accions i/o contraprestacions relacionades amb la responsabilitat social</li> </ul>

intercanviar aquests llocs de treball. Els quals haurien de tenir unes característiques molt similars.

- Construir cintes transportadores que funcionin amb energies renovables a determinats nuclis de la ciutat (els més consolidats des del punt de vista urbanístic i comercial) per tal de facilitar i potenciar el fet d'anar a peu
- Els consumidors d'energia estaran organitzats i coordinats en agrupacions prou potents per fer front als desequilibris entre gestors i consumidors.
- Un grau elevat de cooperativisme, presència i importància de les comunitats de veïns i de la solidaritat.
- La importància de compartir: serveis de bicicletes i cotxes elèctrics
- Els barris seran autosuficients, en el sentit que tindran tots els serveis bàsics necessaris per evitar la mobilitat forçada: escoles, comerç, serveis, etc. A més a més de mantenir la seva pròpia idiosincràsia i sense perdre la potenciació del centre històric.
- L'enllumenat públic estarà preparat per poder tenir diferents intensitats en funció de les necessitats dels diferents espais i moments.
- S'aprofitaran els excedents energètics, com per exemple els de les plaques fotovoltaïques de la plaça del mercat.
- Presència d'horts urbans dins la ciutat.
- Pàrquings dissuasoris a les entrades amb bons serveis de transport públic propers al centre.
- Presència de camins unificats de carrils bici, circumval·lació a la ciutat.
- Presència i ús de camins adaptats per la gent gran i amb mobilitat reduïda i dependent.

corporativa (en forma d'incentius fiscals, publicitat, etc.) per a les empreses que contribuïssin a aquesta proposta.

- La implementació de la pròpia tecnologia (instal·lació i cost).



<ul style="list-style-type: none"> <li>○ La ciutat serà una ciutat per vianants i bicicletes essencialment. També hi haurà tramvies i trens per la mobilitat entre ciutats i pobles.</li> <li>○ Inexistència de vehicles contaminants i reducció del nombre de vehicles total.</li> <li>○ Impost de circulació d'acord amb el comportament personal, incentivant els desplaçaments a peu i en bicicleta i el compartir cotxe.</li> </ul>	
<b>NOU MODEL SOCIAL I ECONÒMIC A FIGUERES</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ciutat on la participació dels individus en els afers col·lectius és un fet normalitzat i generalitzat. Fins i tot regulat per l'administració.</li> <li>○ Ciutat on s'han consolidat accions de pedagogia i educació social perpètuas en el temps i efectives, focalitzades a educar transversalment en matèria energètica. Ciutadans conscienciats que hauran interioritzat l'ús eficient de l'energia. Consciència comunitària que servirà per fer més eficient el consum energètic de la ciutat. (transport compartit, horts urbans, sistema integral de gestió de residus, etc.</li> <li>○ Mitjans de comunicació descentralitzats</li> <li>○ Incorporació al preu final dels productes dels costos mediambientals que ha suposat produir-los</li> <li>○ Compra i ús de productes amb vida útil molt més llarga que l'actual (obsolescència programada)</li> <li>○ Ciutat amb parts del sòl urbà destinades a: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ La ubicació d'equipaments des d'on produir energia mitjançant fonts renovables per abastir la ciutat.</li> <li>○ Horts urbans que permetran un consum alimentari de Km 0</li> <li>○ Foment de la mobilitat sostenible</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sense un canvi educatiu i una legislació adaptada aquest escenari és complicat d'assolir.</li> <li>○ Sense una aposta política molt clara i continuada serà difícil assolir aquest escenari (en molts casos no hem ni començat, com per exemple amb la recollida selectiva de matèria orgànica).</li> <li>○ Interessos econòmics dels grans mitjans de comunicació.</li> <li>○ Encariment dels productes</li> <li>○ Sistema capitalista i lleis de mercat lliure</li> <li>○ És imprescindible que la gestió fos comunitària.</li> </ul>

### 3.-PRODUCCIÓ I DISTRIBUCIÓ D'ENERGIA

- Nivells de despesa pública molt significatius centrats en la investigació i desenvolupament de fonts d'energia renovables i eficients
  - Escenari de producció energètica descentralitzada. Autogeneració local de l'energia.
  - Fonts d'energia 100% renovables (energia hídrica, solar, geotèrmia, corrents marines, etc)
  - Gestió comunitària i socialitzada
  
  - Amb incentius fiscals per millorar l'eficiència i la producció
  - Existència d'un parc energètic al Castell de Sant Ferran, com un referent simbòlic de la ciutat que aposta per l'autogeneració i les energies renovables
  - Canviar la font energètica de l'enllumenat i fer-lo funcionar mitjançant plaques fotovoltaïques i/o energia eòlica
  
  - Caldria apostar per un major aprofitament de les energies ja disponibles a la xarxa pública municipal i domèstica i que no s'aprofiten per estalviar i generar noves fonts energètiques de caràcter renovable.
  
  - Pel que fa a la distribució de mercaderies a la ciutat s'argumenta la necessitat de crear microplataformes de distribució que utilitzin vehicles
- Poder dels monopolis energètics actuals
  
  - Legislació, poder i interessos del monopolis energètics actuals
  - Les xarxes i les instal·lacions són propietat dels monopolis
  
  - Necessitat de canvis de mentalitat
  - Dificultats per integrar la generació distribuïda d'energia renovable i local dins el model actual de privatització de la xarxa i els recursos
  
  - El cost elevat de la implementació de l'acció i la poca capacitat d'emmagatzematge de les bateries actuals.
  
  - La quantitat d'energia sostenible que es podria generar a partir de l'aprofitament de la pròpia xarxa no seria, en termes globals, massa significativa. Caldria avaluar el cost-benefici.

elèctrics o que funcionin amb fonts energètiques més sostenibles per a dur a terme les tasques de repartiment.

- Es proposa la creació de plantes de microgeneració d'energia distribuïdes per tota la ciutat amb l'objectiu de generar, gestionar i distribuir tota l'energia necessària a per a la ciutat des de l'àmbit local.
- S'aposta per un paper actiu de la societat civil tant en la generació d'energia com en la seva distribució.
- Cal fer de l'energia un servei públic descentralitzat que no sigui objecte d'especulacions empresarials i estigui en mans d'administracions públiques de d'àmbit local i societat civil. Impedir que la producció energètica sigui un negoci que estigui en mans d'uns pocs oligopolis.
- Estudiar totes les possibilitats per aprofitar l'energia que generem els ciutadans fent esport (bicicletes estàtiques per exemple) per poder connectar-la a la xarxa i que tothom se'n pugui beneficiar (i de manera especial aquells qui la produeixin, però no per enriquir-se'n o especular-hi).
- Cal que totes les energies que generem siguin 100% renovables, netes i que depenguin de diferents fonts energètiques (solar, eòlica, biomassa, aprofitament dels residus, etc.).
- Una de les renovables que es considera que té més potencial és la biomassa, la qual caldria incentivar. De la mateixa manera s'argumenta la necessitat de seguir investigant altres fonts energètiques naturals amb molt de potencial com per exemple la fotosíntesi.

- Si no volem dependre d'energies de fora caldrà limitar el consum i canviar els hàbits energètics de tota la població. I si volem que sigui un servei públic caldrà lluitar contra els interessos de les grans companyies. A més, si es tracta que tothom pugui generar energia caldrà regular la seva "venda" per evitar comportaments especulatius.
- La dependència excessiva de les nuclears.
- Les inversions que es requereixen en investigació i implementació i infraestructura d'aquestes noves fonts energètiques.

<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Pel que fa a l'energia solar es considera important que no només s'investigui en millorar la seva eficiència energètica i capacitat d'emmagatzematge, sinó també l'estètica de les plaques solars, les quals caldria integrar al màxim en cada entorn. En aquest sentit s'argumenta la necessitat de millorar els sistemes de camuflatge de totes les energies renovables.</li> <li>○ Es considera de vital importància invertir en recerca i desenvolupament pel que fa a la generació d'energia aprofitant la força cinètica dels mars i oceans "mareomotriu". Aquesta és una font energètica inesgotable, neta i sostenible.</li> <li>○ La reducció del consum energètic s'ha d'adaptar al clima i als horaris solars. Per fer-ho cal canviar els hàbits horaris actuals.</li> <li>○ Potenciació dels recursos propis i autosuficiència energètica de Figueres: 100% Energies renovables, i molt eficients per evitar pèrdues i minimitzar contaminants. (minimolins, plaques fotovoltaïques en zones públiques com rotondes, biomassa a partir de restes de jardineria i gestió forestal, utilització de la geotèrmia i gestió sostenible). <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Parcs eòlics i altres plantes als polígons industrials i aprofitant els corredors de carreteres, per fer-los menys impactants en el paisatge.</li> <li>○ Companyies energètiques amb consciència de servei públic i per tant amb més sentit social.</li> <li>○ Presència de microplantes i petits parcs urbans per tal de generar energia renovable a la ciutat. Producció molt propera al consum.</li> <li>○ Canalització dels serveis soterrats i públics.</li> <li>○ Les xarxes d'abastament d'energia i aigua minimitzaran pèrdues</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ El cost econòmic que suposa la inversió en recerca i desenvolupament.</li> <li>○ El cost econòmic i l'impacte visual.</li> <li>○ El canvi d'horaris suposa un canvi cultural i d'hàbits quotidians que s'ha de produir a nivell nacional.</li> <li>○ Les energies renovables també consumeixen grans quantitats d'energia per ser generades i també produeixen contaminants.</li> </ul>
---	--

mitjançant bons manteniments i millores de les canalitzacions.

## REFLEXIONS GENERALS

- Un dels grups expressa que més que debatre sobre la Figueres del 20150 a nivell energètic potser seria millor pensar en quines coses cal fer aquí i ara per tal de no arribar a un 2050 amb un escenari apocalíptic.
- Alguns membres del grup posen de manifest que per tenir èxit en les polítiques d'estalvi i reducció del consum energètic cal posar l'accent en una legislació de caràcter mundial. En aquest sentit es pregunten què pot fer la ciutat de Figueres en un procés planetari que ens ha de portar a una III revolució industrial capaç de canviar un model energètic basat en els combustibles fòssils i els interessos d'unes poques companyies que produeixen i distribueixen la gran majoria dels recursos energètics del planeta.
- La limitació de consum energètic és una realitat incontestable. S'assumeix que en un futur no massa llunyà la racionalització del consum serà quelcom imprescindible. És precisament en aquest sentit que s'argumenta que la ciutat de Figueres ha de planificar la reducció d'aquest consum estratègicament per evitar que la limitació inevitable del mateix es faci aplicant els criteris que acabi imposant el mercat. Així doncs, aquesta planificació a la que es fa referència ha de tenir en compte:
  - Que l'augment del consum energètic no és proporcional a l'augment de la qualitat de vida i la felicitat dels ciutadans.
  - Que cal gastar només l'energia necessària perquè és un recurs car i actualment insostenible des del punt de vista del medi ambient.
  - Que cal optimitzar l'energia que consumim.
  - Que cal produir energia neta i sostenible a nivell local per esdevenir el menys dependents que sigui possible dels oligopolis energètics.
- Els assistents demanen que es revisin les propostes ja consensuades en projectes i processos participatius anteriors, com l'Agenda 21 i el PAES, per aprofitar la feina feta i evitar duplicitats o tornar a parlar sobre temes ja tractats.