

# Rumbo al cooperativismo de consumo

Formación en línea,  
flexible y participativa

**PLAN DOCENTE**

# ÍNDICE

<b>Público objetivo</b>	<b>3</b>
<b>Objetivos de aprendizaje</b>	<b>4</b>
<b>Contenido</b>	<b>5</b>
<b>Metodología</b>	<b>6</b>
<b>Calendario</b>	<b>7</b>
<b>Equipo docente</b>	<b>8</b>

# OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

El objetivo principal del itinerario formativo es explicar el modelo cooperativo de consumo a la base social de Som Energia, Som Mobilitat, Som Connexió y de la Federación de Cooperativas de Consumidoras y Usuarías de Cataluña (Coopsconsum). Esto incluye:

- Conocer la historia del cooperativismo, su dimensión y sus principales cifras.
- Explicar la singularidad del modelo, tanto en su dimensión política como en la formal/jurídica y societaria, y los conceptos clave.
- Profundizar en aspectos organizativos, de gestión y gobernanza democrática y ejemplificar con los modelos de funcionamiento de las cooperativas Som Energia, Som Connexió y Som Mobilitat.
- Conocer los principales órganos de gobierno de las cooperativas: sus funciones y las responsabilidades que se derivan de estas.
- Conocer los diferentes grados de implicación en una cooperativa, poniendo el foco sobre todo en la participación, y dar a conocer experiencias y prácticas que favorecen la participación.
- Compartir los retos actuales del cooperativismo (participación, diversidad, sostenibilidad, crecimiento alineado con valores...) y explorar posibles respuestas colectivas.
- Conocer las particularidades del funcionamiento económico de las cooperativas y sus mecanismos de gestión y distribución de los resultados.
- Compartir herramientas para la comprensión de la información económica y de los recursos del entorno cooperativista y de la economía social y solidaria para la financiación.

# PÚBLICO OBJETIVO

## **Personas que pueden acceder al itinerario formativo:**

Personas socias de Som Mobilitat, Som Energia y Som Connexió y la base social de las cooperativas de la Federación de Cooperativas de Consumidoras y Usuaris de Cataluña (Coopsconsum).

- Personas apadrinadas de Som Connexió.
- Personas que forman parte de la unidad de convivencia de una persona socia de Som Energia, Som Connexió y/o Som Mobilitat.

## **Tipología del público:**

- Personas con interés en la forma cooperativa y, en especial, en el cooperativismo de consumo.
- Personas con interés en reflexionar sobre cómo encarar los retos actuales del cooperativismo, como por ejemplo la participación en las cooperativas de personas consumidoras y usuarias, el alineamiento del crecimiento con los valores cooperativos y el impulso de modelos más diversos e inclusivos, o cómo afronta el cooperativismo de consumo el reto de la transición ecosocial.

# METODOLOGÍA

El itinerario formativo combina dos maneras de aprender diferentes que son complementarias, pensado para que cada participante pueda avanzar a su ritmo y elija cómo quiere aprender. Se trata de una metodología **flexible, modular y participativa** que integra contenidos estructurados y espacios vivenciales que se complementan entre sí.

Por un lado, hay **5 módulos de aprendizaje** que se pueden consultar de manera independiente, adaptándose a las necesidades e intereses de cada persona. Por otro, la formación también ofrece **3 sesiones participativas en directo**, en línea, que permiten profundizar en temas concretos a través del intercambio y la experiencia colectiva. Las participantes pueden asistir a todas las sesiones o solo a aquellas que les resulten más relevantes.

- **Profundiza a tu ritmo:** consta de 5 módulos o unidades de aprendizaje con materiales descargables. Las unidades siguen un itinerario progresivo para ir profundizando en el cooperativismo de consumo, aunque se pueden cursar los módulos de manera independiente. Además, se dispone de un espacio virtual de resolución de dudas y aportación de comentarios donde se puede interactuar con el personal docente y las otras personas participantes. Los materiales descargables y el espacio virtual de resolución de dudas y aportaciones estarán disponibles del 2 de marzo al 3 de mayo de 2026.
- **Ven a aportar:** consta de 3 sesiones participativas en línea y en directo en formato de videoconferencia. Se proponen tres temáticas diferentes, y se puede participar en todas o en aquellas que sean de tu interés. Las sesiones no se grabarán.

## Carga lectiva

Se prevé una carga lectiva aproximada de 31 horas para el itinerario completo, de las cuales 25 horas son en asíncrono y 6 horas en las sesiones síncronas de videoconferencia.

¿CÓMO QUIERO APRENDER?	UNIDAD / SESIÓN	LECTURA / PARTICIPACIÓN	CONSULTAS ESPACIO VIRTUAL
Profundiza a tu ritmo	<b>UNIDAD 1.</b> Cooperativismo de consumo a toda vela	4 horas	1 hora
	<b>UNIDAD 2.</b> ¡Al abordaje! Diario de a bordo de las cooperativas de consumo	4 horas	1 hora
	<b>UNIDAD 3.</b> Un mar de decisiones: La gobernanza de las cooperativas	4 horas	1 hora
	<b>UNIDAD 4.</b> Como pez en el agua: gestión democrática de una cooperativa	4 horas	1 hora
	<b>MÓDULO 5.</b> Gestión económica y societaria... ¡Tela marinera!	4 horas	1 hora
Ven a aportar	<b>SESIÓN PARTICIPATIVA 1</b> Cuando el mar está bravo... cooperativas de consumo frente a los retos actuales	2 horas	
	<b>SESIÓN PARTICIPATIVA 2</b> ¿Todas a bordo? Diversidad y participación en la tripulación de las cooperativas	2 horas	
	<b>SESIÓN PARTICIPATIVA 3</b> ¿Cómo crecer como cooperativa y que el propósito no naufrague?	2 horas	

# CONTENIDO

## Profundiza a tu ritmo

Podrán consultar en línea o descargar todos los documentos de las unidades.

### UNIDAD 1 – Cooperativismo de consumo a toda vela

- Introducción
- Las cooperativas y la economía social y solidaria en el Estado español en cifras
- Tipos y clases de cooperativas
- Experiencias cooperativas
- Retos actuales, actualidad del cooperativismo, el cooperativismo hoy

### UNIDAD 2 – ¡Al abordaje! Diario de a bordo de las cooperativas de consumo

- Finalidades, principios y valores cooperativos
- Marco legal y autorregulación
- Tipología de personas socias
- Glosario básico
- Funcionamiento básico
- Proceso de constitución

### UNIDAD 3 – Un mar de decisiones: la gobernanza de las cooperativas

- Órganos de gobierno: definición general
  - Obligatorios
  - Potestativos
- Funciones, facultades y competencias
- Composición y funcionamiento
- Ejemplos prácticos

#### **UNIDAD 4 – Como pez en el agua: gestión democrática de una cooperativa**

- ¿Qué entendemos por participación?
- Los retos de la participación cooperativa
- Espacios de participación y decisión, y estrategias para fomentar la participación en cada una de las entidades
- Itinerarios, protocolos, y actuaciones para la incorporación de las socias
- Aproximación a los cuidados en las cooperativas
- La intercooperación

#### **MÓDULO 5 – Gestión económica y societaria... ¡Tela marinera!**

- Régimen económico
  - Capital social y aportaciones
  - Fondos de reserva
  - Los resultados y su aplicación
- Financiación cooperativa: estrategias, entidades y recursos ¿Qué tenemos que saber / ¿Cómo participar de la marcha económica de la cooperativa?
  - Glosario de términos económicos



# ¡VEN A APORTAR!

## **SESIÓN PARTICIPATIVA 1. Cuando el mar está bravo...**

### Cooperativas de consumo frente a los retos actuales

#### **¿Cuáles pueden ser las respuestas del cooperativismo de consumo frente a la emergencia climática y la cultura del negacionismo?**

En un contexto marcado por la crisis ecológica y la proliferación de discursos negacionistas, las cooperativas de consumo se encuentran ante el reto de ofrecer alternativas sólidas, creíbles y arraigadas en la vida cotidiana de las personas. Este debate quiere poner el foco en cómo el cooperativismo puede tener un papel clave en la transición ecosocial: promoviendo modelos de consumo responsables, impulsando prácticas de gobernanza democrática que refuerzan la confianza colectiva y generando espacios de participación que desactivan la desinformación.

## **SESIÓN PARTICIPATIVA 2. ¿Todas a bordo?**

### Diversidad y participación en la tripulación de las cooperativas

#### **Diversidad y participación: cómo hacer que todas las voces cuenten**

La diversidad dentro de las cooperativas no es solo una realidad social, sino también una condición imprescindible para construir proyectos más democráticos, relevantes y sostenibles. Este debate propone mirar la diversidad desde la interseccionalidad —orígenes, edades, capacidades, identidades, experiencias, trayectorias...— como un activo que fortalece la democracia interna, enriquece la participación y mejora la relevancia social de las cooperativas.

## **SESIÓN PARTICIPATIVA 3.**

### **¿Cómo crecer como cooperativa y que el propósito no naufrague?**

Este debate explora los retos y oportunidades que afrontan las cooperativas cuando crecen: cómo mantener la esencia, los valores fundacionales y el propósito social mientras amplían el alcance de la actividad. Se hablará sobre gobernanza, toma de decisiones democrática, cohesión interna, innovación y sostenibilidad, poniendo especial énfasis en cómo mantener el compromiso con la comunidad, la participación activa de las personas socias y la responsabilidad social y ambiental que define la identidad cooperativa.

# CALENDARIO

## FEBRERO

						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28		

## MARZO

						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31						

## ABRIL

		1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30				

## MAYO

				1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	

### 10 DE FEBRERO.

- Inicio de inscripciones.

### 2 DE MARZO.

- ¡Profundiza a tu ritmo! Apertura de las unidades formativas y el espacio de dudas en línea.

### 4 DE MARZO, de 17 a 19 h.

- Sesión participativa 1 - Cuando el mar está bravo... Cooperativas de consumo ante los retos actuales.

### 25 DE MARZO, de 17 a 19 h.

- Sesión participativa 2 - ¿Todas a bordo? Diversidad y participación en la tripulación de las cooperativas.

### 15 D'ABRIL, de 17 a 19 h.

- Sesión participativa 3 - ¿Cómo crecer como cooperativa y que el propósito no naufrague?

### 3 DE MAYO:

- Cierre de las unidades formativas y del espacio de resolución de dudas en línea.

# EQUIPO DOCENTE

Este equipo está formado por personas socias de las cooperativas de LabCoop: Calidoscoop, Etcèteres e llabso/Olma. Todas las cooperativas mencionadas son a su vez miembros del grupo cooperativo ECOS.

Este equipo cuenta con una dilatada experiencia vivencial y una trayectoria destacable dentro del mundo del cooperativismo y la economía social y solidaria. Entre el equipo docente hay diferentes pericias, desde el emprendimiento hasta el acompañamiento a personas y grupos en la creación de cooperativas, pasando por la asesoría, la mediación y la resolución de conflictos, o el conocimiento profundo sobre el cooperativismo y la economía social y solidaria.

Así mismo, para el diseño y preparación del contenido del itinerario formativo, se ha contado con personas del equipo de [Som Connexió](#), [Som Mobilitat](#), [Som Energia](#) y de la [Federación de Cooperativas de Consumidoras y Usuarias de Cataluña \(Coopsconsum\)](#).



**Reconocimiento – No Comercial – Compartir Igual 4.0 internacional:**

No se permite un uso comercial de la obra original ni de las posibles obras derivadas, cuya distribución se debe hacer con una licencia igual a la que regula la obra original.

Edita: **Coopsconsum, Som Connexió, SCCL, Som Energia, SCCL y Som Mobilitat, SCCL**  
Autoría, edición de textos y diseño: **LabCoop, SCCL**

Edición 2026

**coops  
consum**

**som  
energia**

**Som  
mobilitat**

**S som  
connexió**  
TELEFONIA CONSCIENT