

Rumb al cooperativisme de consum

Formació en línia,
flexible i participativa

PLA DOCENT

coops
consum

som
energia

Som
mobilitat

S som
connexió
TELEFONIA CONSCIENT

ÍNDEX

Públic objectiu	3
Objectius d'aprenentatge	4
Contingut	5
Metodologia	6
Calendari	7
Equip docent	8

OBJECTIUS D'APRENENTATGE

L'objectiu principal de l'itinerari formatiu és explicar el model cooperatiu de consum a la base social de Som Energia, Som Mobilitat, Som Connexió i Federació de Cooperatives de Consumidores i Usuàries de Catalunya (Coopsconsum). Això inclou:

- Conèixer la història del cooperativisme, la dimensió i les xifres principals.
- Explicar la singularitat del model, tant en la dimensió política com en la formal/jurídica i societària, i els conceptes clau.
- Aprofundir en aspectes organitzatius, de gestió i governança democràtica i exemplificar amb els models de funcionament de les cooperatives Som Energia, Som Connexió i Som Mobilitat.
- Conèixer els principals òrgans de govern de les cooperatives: les funcions i les responsabilitats que se'n deriven.
- Conèixer els diferents graus d'implicació en una cooperativa, posant el focus sobretot en la participació, i donar a conèixer experiències i pràctiques que afavoreixen la participació.
- Compartir els reptes actuals del cooperativisme (participació, diversitat, sostenibilitat, creixement alineat amb valors...) i explorar possibles respostes col·lectives.
- Conèixer les particularitats del funcionament econòmic de les cooperatives i els mecanismes de gestió i distribució dels resultats.
- Compartir eines per a la comprensió de la informació econòmica i dels recursos de l'entorn del cooperativisme i l'economia social i solidària per al finançament.

PÚBLIC OBJECTIU

Persones que poden accedir a l'itinerari formatiu:

- Persones sòcies de Som Mobilitat, Som Energia i Som Connexió i la base social de les cooperatives de la Federació de Cooperatives de Consumidores i Usuàries de Catalunya (Coopsconsum).
- Persones apadrinades de Som Connexió.
- Persones que formin part de la unitat de convivència d'una persona sòcia de Som Energia, Som Connexió i/o Som Mobilitat.

Tipologia del públic:

- Persones amb interès en la forma cooperativa i, en especial, en el cooperativisme de consum.
- Persones amb interès a reflexionar al voltant de com encarar reptes actuals del cooperativisme, com ara la participació en les cooperatives de persones consumidores i usuàries, l'alineament del creixement amb els valors cooperatius i l'impuls de models més diversos i inclusius, o com afronta el cooperativisme de consum el repte de la transició ecosocial.

METODOLOGIA

L'itinerari formatiu combina dues maneres d'aprendre diferents que són complementàries, pensat perquè cada participant pugui avançar al seu ritme i triar com vol aprendre. Es tracta d'una metodologia **flexible, modular i participativa** que integra continguts estructurats i espais vivencials que es complementen entre si.

D'una banda, hi ha **5 mòduls d'aprenentatge** que es poden consultar de manera independent, adaptant-se a les necessitats i interessos de cada persona. De l'altra, la formació també ofereix **3 sessions participatives en directe**, en línia, que permeten aprofundir en temes concrets a través de l'intercanvi i l'experiència col·lectiva. Les participants poden assistir a totes les sessions o només a aquelles que els resultin més rellevants.

- **Aprofundeix al teu ritme:** consta de 5 mòduls o unitats d'aprenentatge amb materials descarregables. Les unitats segueixen un itinerari progressiu per anar aprofundint en el cooperativisme de consum, encara que es poden cursar els mòduls de manera independent. A més, es disposa d'un espai virtual de resolució de dubtes i aportació de comentaris on es pot interactuar amb el personal docent i les altres persones participants. Els materials descarregables i l'espai virtual de resolució de dubtes i aportacions estaran disponibles del 2 de març al 3 de maig de 2026.
- **Vine a aportar:** consta de 3 sessions participatives en línia i en directe en format de videoconferència. Es proposen tres temàtiques diferents, i es pot participar en totes o en aquelles que siguin del seu interès. Les sessions no es gravaran.

Càrrega lectiva

Es preveu una càrrega lectiva aproximada de 31 hores per a l'itinerari complet, de les quals 25 hores són en asíncron i 6 hores en les sessions síncrones de videoconferència.

COM VULL APRENDRE?	UNITAT / SESSIÓ	LECTURA / PARTICIPACIÓ	CONSULTES ESPAI VIRTUAL
Aprofundeix al teu ritme	UNITAT 1. Cooperativisme de consum a tota vela	4 hores	1 hora
	UNITAT 2. A l'abordatge! Diari de bord de les cooperatives de consum	4 hores	1 hora
	UNITAT 3. Un mar de decisions: La governança de les cooperatives	4 hores	1 hora
	UNITAT 4. Com els peixos a l'aigua: gestió democràtica d'una cooperativa	4 hores	1 hora
	MÒDUL 5. Gestió econòmica i societària... tela marinera!	4 hores	1 hora
Vine a aportar!	SESSIÓ PARTICIPATIVA 1 Quan la mar està brava... cooperatives de consum enfront dels reptes actuals	2 hores	
	SESSIÓ PARTICIPATIVA 2 Totes a bord? Diversitat i participació en la tripulació de les cooperatives	2 hores	
	SESSIÓ PARTICIPATIVA 3 Com créixer com a cooperativa i que el propòsit no naufragui?	2 hores	

CONTINGUT

Aprofundeix al teu ritme

Podran consultar en línia o descarregar tots els documents de les unitat.

UNITAT 1 – Cooperativisme de consum a tota vela

- Introducció
- Les cooperatives i l'economia social i solidària a l'Estat espanyol en xifres
- Tipus i classes de cooperatives
- Experiències cooperatives
- Reptes actuals, actualitat del cooperativisme, el cooperativisme avui

UNITAT 2 – A l'abordatge! Diari de bord de les cooperatives de consum

- Finalitats, principis i valors cooperatius
- Marc legal i autoregulació
- Tipologia de persones sòcies
- Glossari bàsic
- Funcionament bàsic
- Procés de constitució

UNITAT 3 – Un mar de decisions: la governança de les cooperatives

- Òrgans de govern: definició general
 - Obligatoris
 - Potestatius
- Funcions, facultats i competències
- Composició i funcionament
- Exemples pràctics

UNITAT 4 – Com els peixos a l'aigua: gestió democràtica d'una cooperativa

- Què entenem per participació?
- Els reptes de la participació cooperativa.
- Espais de participació i decisió, i estratègies per fomentar la participació en cada una de les entitats
- Itineraris, protocols, i actuacions per a la incorporació de les sòcies
- Aproximació a les cures en les cooperatives
- La intercooperació

MÒDUL 5 – Gestió econòmica i societària... tela marinera!

- Règim econòmic
 - Capital social i aportacions
 - Fons de reserva
 - Els resultats i la seva aplicació
- Finançament cooperatiu: estratègies, entitats i recursos
- Què hem de saber / Com participar de la marxa econòmica de la cooperativa?
 - Glossari de termes econòmics

VINE A APORTAR!

SESSIÓ PARTICIPATIVA 1. Quan la mar està brava...

Cooperatives de consum enfront dels reptes actuals

Quines poden les respostes del cooperativisme de consum enfront de l'emergència climàtica i la cultura del negacionisme?

En un context marcat per la crisi ecològica i la proliferació de discursos negacionistes, les cooperatives de consum es troben davant el repte d'oferir alternatives sòlides, creïbles i arrelades a la vida quotidiana de les persones. Aquest debat vol posar el focus en com el cooperativisme pot tenir un paper clau en la transició ecosocial: promovent models de consum responsables, impulsant pràctiques de governança democràtica que reforcen la confiança col·lectiva i generant espais de participació que desactiven la desinformació.

SESSIÓ PARTICIPATIVA 2. Totes a bord?

Diversitat i participació en la tripulació de les cooperatives

Diversitat i participació: com fer que totes les veus comptin

La diversitat dins les cooperatives no és només una realitat social, sinó també una condició imprescindible per construir projectes més democràtics, rellevants i sostenibles. Aquest debat proposa mirar la diversitat des de la interseccionalitat—orígens, edats, capacitats, identitats, experiències, trajectòries...— com un actiu que enforteix la democràcia interna, enriqueix la participació i millora la rellevància social de les cooperatives.

SESSIÓ PARTICIPATIVA 3.

Com créixer com a cooperativa i que el propòsit no naufragui?

Aquest debat explora els reptes i oportunitats que afronten les cooperatives quan creixen: com mantenir l'essència, els valors fundacionals i el propòsit social mentre amplien l'àmbit de l'activitat. S'hi parlarà sobre governança, presa de decisions democràtica, cohesió interna, innovació i sostenibilitat, posant especial èmfasi en com mantenir el compromís amb la comunitat, la participació activa de les persones sòcies i la responsabilitat social i ambiental que defineix la identitat cooperativa.

CALENDARI

FEBRER

						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		

MARÇ

						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				

MAIG

				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 FEBRER.

- Inici d'inscripcions.

2 DE MARÇ.

- **Aprofundeix al teu ritme!** Obertura de les unitats formatives i l'espai de resolució de dubtes en línia.

4 DE MARÇ, de 17 a 19 h.

- **Sessió participativa 1** - Quan la mar està brava... Cooperatives de consum enfront dels reptes actuals.

25 DE MARÇ, de 17 a 19 h.

- **Sessió participativa 2** - Totes a bord? Diversitat i participació en la tripulació de les cooperatives.

15 D'ABRIL, de 17 a 19 h.

- **Sessió participativa 3** - Com créixer com a cooperativa i que el propòsit no naufragui?

3 DE MAIG:

- **Tancament** de les unitats formatives i l'espai de resolució de dubtes en línia.

EQUIP DOCENT

Aquest equip està format per persones sòcies de les cooperatives membres de LabCoop: Calidoscoop, Etcèteres i llabso/Olma. Totes les cooperatives esmentades són alhora membres del grup cooperatiu ECOS.

Aquest equip compta amb una dilatada experiència vivencial i una trajectòria destacable dins el món del cooperativisme i l'economia social i solidària. Entre l'equip docent hi ha diferents experteses, des de l'emprenedoria fins a l'acompanyament a persones i grups en la creació de cooperatives, passant per l'assessoria, la mediació i la resolució de conflictes, o el coneixement profund sobre el cooperativisme i l'economia social i solidària.

Així mateix, per al disseny i preparació del contingut de l'itinerari formatiu, s'ha comptat amb persones de l'equip de [Som Connexió](#), [Som Mobilitat](#), [Som Energia](#) i de la [Federació de Cooperatives de Consumidores i Usuàries de Catalunya \(Coopsconsum\)](#).



Reconeixement – No Comercial – Compartir Igual 4.0 internacional:

No es permet un ús comercial de l'obra original ni de les possibles obres derivades, la distribució de les quals s'ha de fer amb una llicència igual a la que regula l'obra original.

Edita: **Coopsconsum, Som Connexió, SCCL, Som Energia, SCCL i Som Mobilitat, SCCL**
Autoria, edició de textos i disseny: **LabCoop, SCCL**

Edició 2026

**coops
consum**

**som
energia**

**Som
mobilitat**

**S som
connexió**
TELEFONIA CONSCIENT