

Plan Docente de la Unidad Formativa online de Kontsumobide

¿TE INDEPENDIZAS?

KIT DE SUPERVIVENCIA Y CONSUMO RESPONSABLE

Una propuesta de formación para el alumnado de la UPV/EHU

- Duración de la formación: 7 semanas
- Dedicación: 25 horas (convalidable por 1 crédito ECTS)
- Idioma del curso: castellano y euskera
- Equipo docente: Centros de formación del Instituto Vasco de Consumo-Kontsumobide

¿TE INDEPENDIZAS?

KIT DE SUPERVIVENCIA Y CONSUMO RESPONSABLE.

CONSEJOS PARA VIVIR FUERA DE CASA.

1. Presentación

Kontsumobide-Instituto Vasco de Consumo¹ es un organismo autónomo, adscrito al Departamento de Turismo, Comercio y Consumo del Gobierno Vasco, cuyos objetivos son definir, planificar, impulsar y ejecutar las políticas del gobierno en materia de defensa y protección de las personas consumidoras y usuarias.

Uno de los principales objetivos de Kontsumobide es impulsar el conocimiento de las personas consumidoras a través de la formación y la información; preparar a la ciudadanía para un consumo seguro, sostenible y responsable. Es por ello, que desde Kontsumobide queremos daros las pautas y los conocimientos necesarios para orientaros, formaros e informaros sobre vuestros derechos y la forma de ejercerlos.

El presente curso presenta varias temáticas, todas ellas ligadas a aspectos a tener en cuenta antes y durante la emancipación de las personas jóvenes. El curso se desarrollará en formato online, con una primera sesión de presentación, y con una temática por semana. Cada uno de los temas constará de una parte teórica, otra práctica o de exploración, además de un test para evaluar lo aprendido. Además, contará con tutorización por parte del personal de Kontsumobide, durante todo el periodo de desarrollo del curso y para todas aquellas dudas o consultas que se quieran realizar por parte del alumnado participante.

Las temáticas son las siguientes:

- Lo que Kontsumobide puede hacer por ti. ¡Novedades!
- ¿Alquilamos o compramos piso?
- Economía doméstica. ¿Quién lleva el bote?
- Los suministros en el hogar. ¿A qué debo hacer frente?
- Nos vamos a la compra. Lo que las etiquetas esconden.
- Operaciones bancarias. ¿Qué servicios ofrecen?
- Consumo social y ecológico. Nuevo rumbo.

¹ <https://www.kontsumobide.euskadi.eus/inicio/>

Este curso está dirigido a aquellos estudiantes de cualquiera de los grados y posgrados ofertados en la UPV/EHU que tengan interés por los derechos de consumo a y deseen realizar un consumo responsable.

2. Competencias

Al finalizar este curso, se espera que las personas participantes **seáis capaces de:**

1. Saber defender vuestros derechos en materia de consumo, así como conocer vuestros deberes.
2. Mostrar una actitud crítica sobre los modelos de consumo actuales y una perspectiva transformadora de cara a un futuro.
3. Disponer de un pensamiento crítico a la vez que se promueve una forma de actuar autónoma y responsable en lo que al consumo se refiere.

3. Objetivos

El curso está diseñado para que, quienes lo superéis, alcancéis los siguientes **resultados de aprendizaje:**

1. Conocer las instituciones que velan por nuestros derechos y los mecanismos para reclamar ante un conflicto de consumo.
2. Disponer de información suficiente para prevenir y resolver los conflictos de consumo que puedan surgir en el proceso de emancipación.
3. Propiciar un espacio de reflexión acerca del consumo que hacemos de productos y servicios.
4. Comprender la importancia de nuestros actos de consumo, así como las implicaciones que tiene a nivel personal, social y medioambiental.

4. Contenidos

Los contenidos del curso se estructuran en 7 módulos temáticos o retos y se distribuyen de la siguiente forma:

RETO1: Lo que Kontsumobide puede hacer por ti. ¡Novedades!

- Qué es Kontsumobide y que servicios ofrece

- Derechos y deberes de las personas consumidoras y usuarias
- Mecanismos e instituciones para reclamar conflictos de consumo
- Nuevo Estatuto vasco de las Personas Consumidoras y Usuarias

RETO2: ¿Alquilamos o compramos piso?

- El papeleo: contratos, fianzas, duración, arrendamiento...
- Visita a las viviendas. ¿En qué me debo fijar?
- ¿A cargo de quién? contratación y facturación
- ¿Dónde puedo dirigirme? Organismos públicos con competencia en la materia
- ¿Dónde puedo encontrar ayudas?

RETO 3: Economía doméstica. ¿Quién lleva el bote?

- Gastos fijos, variables e imprevistos
- El presupuesto mensual. Plantillas Kakebo
- Sobreendeudamiento. ¿Cómo puedo evitarlo?

RETO 4: Suministros y facturas. ¿A qué debo hacer frente?

- El agua. ¿Qué aspectos debo pagar?
- La luz. Indispensable, pero cara
- El gas. Calentando motores
- El teléfono. Algo más que un simple aparato electrónico.
- Medidas de ahorro y etiquetado energético

RETO 5: Nos vamos de compras. Lo que las etiquetas esconden

- Alimentación. No todo es lo que parece
- Calzado y ropa. No todo es moda
- ¿Conoces estos símbolos? Compra verde
- ¿Problemas con lo comprado? Lo resolvemos

RETO 6: Operaciones bancarias. ¿Qué servicios ofrecen?

- El sistema bancario
- Servicios que ofrecen. ¿Cuál me conviene?
- Derechos y deberes ante nuestra entidad bancaria
- Vías de reclamación

RETO 7: Consumo social y ecológico. Nuevo rumbo

- ¿En qué mundo vivimos?
- Obsolescencia programada-Economía circular: ¿Cómo hacer que las cosas duren más?
- Alternativas al consumo convencional

5. Metodología de trabajo

El curso está dirigido a toda la comunidad universitaria de la UPV/EHU, por lo que los retos están planteados para poder abordarse de manera online, y al ritmo que cada persona participante decida, dentro de la semana en la que se trabajará cada temática o reto.

El curso comenzará con una sesión sincrónica de una hora de duración en la que se presentarán las características del mismo, la metodología y el plan de trabajo.

A partir de esa presentación, todos los materiales estarán alojados en la plataforma eGelapi (<https://egelapi.ehu.eus/login/index.php>) y a través de ella podréis acceder a los contenidos de los módulos. Todos los retos contienen un PDF navegable a través del cual acceder a los materiales audiovisuales, artículos de lectura, materiales web y dinámicas a completar. Todos los módulos constarán con material complementario que poder consultar o descargar.

Una vez terminada la parte expositiva y práctica, todos los retos finalizarán con una actividad con un caso práctico en el que poner en práctica lo aprendido. Esta actividad deberá completarse en todos los módulos, y será enviada a Kontsumobide para evaluación, salvo los casos en formato test, que serán autoevaluables.

Además, se dispondrá de un servicio de tutoría online y/o telefónica en el que solventar la dudas que vayan surgiendo o consultas que se quieran realizar. Esta tutoría estará disponible todos los miércoles en horario de 9:00 a 14:00 mientras el curso esté vigente.

El curso se dará por superado siempre que se hayan entregado todos los casos prácticos al finalizar el curso.

6. Plan de trabajo

El plan de trabajo se establece en torno a los **7 módulos temáticos**.

El tiempo establecido para cada tema es de **una semana**, y siempre tendrá un comienzo con la parte teórica, para después completar conocimientos con actividades, y terminar con la tarea asignada. Los módulos no están interrelacionados entre sí, pero de cara a facilitar las tutorías, estará determinada la semana que se debe trabajar cada temática.

Adicionalmente, se propone la realización de varias tareas que son obligatorias y servirán para realizar una autoevaluación y evaluación continua de las personas participantes.

Una vez finalizado cada reto, el alumnado dispondrá de un cuaderno de bitácora donde recoger los aspectos más importantes de lo aprendido, así como una perspectiva de aplicación en sus hábitos diarios.

A continuación, se presenta de manera esquemática el plan de trabajo para cada módulo.

RETO 1: Lo que Kontsumobide puede hacer por ti. ¡Novedades!	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición teórica • Videos y material multimedia • Lectura: Nuevo Estatuto de las Personas Consumidoras. • Caso práctico: Situación real. ¿Qué pasos darías? • Cuaderno de bitácora
RETO 2: ¿Alquilamos o compramos piso?	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición teórica • De visita a las viviendas • Dónde dirigirme. Enlaces Web • Caso práctico: Oteando el mercado • Test autoevaluación • Cuaderno de bitácora.
RETO 3: Economía doméstica. ¿Quién lleva el bote?	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica introductoria • Exposición teórica • Material multimedia • Actividad de repaso • Casos prácticos: Kakebo • Cuaderno de bitácora
RETO 4: Suministros y facturas. ¿A qué debo hacer frente?	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición teórica • Actividad práctica: Descifrando las facturas • Material multimedia • Actividad de repaso • Cuaderno de bitácora
RETO 5: Nos vamos de compras. Lo que las etiquetas esconden	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición teórica • Juego etiquetado de conservación • Dinámica sello compra verde • Enlaces Web y material multimedia • Actividad de experimentación. En busca de... • Cuaderno de bitácora
RETO 6: Operaciones bancarias. ¿Qué servicios ofrecen?	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición teórica • Dinámica servicios bancarios • Enlaces Web y material multimedia • Casos prácticos: Resolviendo problemas con mi banco • Cuaderno de bitácora
RETO 7: Consumo social y ecológico.	<ul style="list-style-type: none"> • Video introductorio • Exposición reflexiva • Caso práctico: alternativas al consumo convencional

Nuevo rumbo

- Cuaderno de bitácora

7. Evaluación y certificación

Las tareas contenidas en cada reto están encaminadas a medir los conocimientos adquiridos y medir el desempeño de dichos conocimientos en su vida diaria.

Para superar el curso y recibir la acreditación correspondiente, será necesario:

- Realizar el 90% de las tareas planteadas en cada uno de los módulos, tanto la parte teórica como la práctica.
- Superar el 80% de los casos prácticos y los test de los retos planteados.

El alumnado de Grado que supere el curso podrá solicitar la convalidación de 1 crédito ECTS de tipo optativo.

En virtud del artículo 11.4 de la Normativa sobre reconocimiento y transferencia de créditos en los estudios de grado, publicada mediante Resolución de 21 de mayo de 2012 del Vicerrector de Ordenación Académica, (BOPV nº 119 de 19 de junio de 2012) es posible amortizar **créditos optativos** por actividades culturales formativas (cursos, seminarios, congresos, etc.) organizadas por los diferentes Vicerrectorados de la Universidad. Para ello, deberá el certificado expedido tras superar este curso, en la Secretaría del Centro en el que estén matriculados en los plazos señalados al efecto. Tras la realización de los trámites pertinentes y el abono de los precios públicos correspondientes, estos créditos sean incorporados a sus expedientes.

8. Calendario

En la siguiente tabla se detalla el tiempo de dedicación estimado para cada módulo.

Actividad	Tiempo estimado	Fecha inicio	Fecha fin
Presentación del curso. Online y emisión en directo	1h	02/03/2026 13:00h	-
RETO 1	3h	02/03/2026	08/03/2026
RETO 2	3h	09/03/2026	15/03/2026
RETO 3	3h	16/03/2026	22/03/2026
RETO 4	3h	23/03/2026	29/03/2026
RETO 5	3h	30/03/2026	05/04/2026
RETO 6	3h	06/04/2026	12/04/2026
RETO 7	3h	13/04/2026	19/04/2026
Cuaderno de bitácora	2h	02/03/2026	19/04/2026

