

PARA GRANDES
CAUSAS,
GRANDES MISSÕES.

GREAT CAUSES
CALL FOR GREAT
ACTIONS.

Índice

CONTENTS

Mensagem do presidente	05
A nossa Missão	07
Os nossos compromissos	08
A Missão em números	10
Promover a alimentação saudável	12
· Programa Escola Missão Continente	13
· Conferência Portugal Saudável	16
Sensibilizar para o consumo consciente	18
· Economia Circular – Chutneys, Compotas e Panana	20
· Clube de Produtores Continente	22
· 10 Anos do Semáforo Nutricional	23
· Hábitos saudáveis	24
· Cordon Gris, inovação na área do envelhecimento	25
Apoiar a comunidade	26
· Recolhas de bens	27
· Donativo Missão Continente	28
· Doações diárias	30
· Outros apoios	31
Bem-estar dos colaboradores	34
· Programa Somos Sonae	35
· Movimento “Improving Our Life”	36
· Benefícios para as áreas sociais	37
Boas práticas ambientais	38
· Utilização responsável do plástico	40
· Recolhas de resíduos para reciclagem	42
· Recolha de rolhas de cortiça	42
· O nosso desempenho ambiental	43
Presenças	44
Parceiros	46



Message from the chairman	05
Our Mission	07
Our commitments	08
The Mission in figures	10
Promote healthy eating	12
· Missão Continente Schools Programme	13
· Portugal Saudável Conference	16
Raise awareness for conscious consumption	18
· Circular Economy – Chutneys, Jams and Panana cake	20
· Continente Producers Club	22
· 10 Years of the Nutritional Traffic Light	23
· Healthy habits	24
· Cordon Gris, innovation in the ageing area	25
Support the community	26
· Collections of goods	27
· Support for projects	28
· Daily donations	30
· Other supports	31
Welfare of employees	34
· “Somos Sonae” Programme	35
· Improving Our Life Movement	36
· Benefits for social areas	37
Good environmental practices	38
· Responsible use of plastic	40
· Collecting waste for recycling	42
· Collecting cork stoppers	42
· Our environmental performance	43
Participations	44
Partners	46

MENSAGEM
DO PRESIDENTE
DA MISSÃO
CONTINENTE

'MISSÃO CONTINENTE'
CHAIRMAN'S
MESSAGE

4



O nosso compromisso com a sustentabilidade reflete o trabalho de mudança e da procura contínua para ter um impacto efetivo e positivo na sociedade.

Porque acreditamos que um negócio de sucesso deve ser ambiental e socialmente sustentável, e que as práticas que beneficiam a sociedade melhoram o desempenho no longo prazo, alinhamos a nossa atuação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas.

A Missão Continente continua a ganhar dimensão e a responder a novos desafios, com resultados que queremos partilhar com todos e que apresentamos ao longo destas páginas.

Conscientes do papel que desempenhamos na consciencialização dos portugueses para os estilos de vida mais saudáveis, mantemos a nossa preocupação com a alimentação. A Escola Missão Continente é um exemplo deste compromisso, continuando a crescer e a promover a literacia e os hábitos mais saudáveis entre os mais novos.

No último ano, consolidámos a nossa Estratégia de Sustentabilidade, reforçando o nosso contributo para uma pegada ecológica sustentável, rumo à descarbonização e ao desperdício zero, procurando assegurar continuamente uma oferta responsável e informada, desde logo no que diz respeito à utilização dos plásticos.

Por fim, mas nunca por último, continuamos a cuidar das nossas pessoas e a envolvê-las nas nossas iniciativas, porque acreditamos que elas são verdadeiros embaixadores da Missão Continente.

Porque esta Missão é partilhada pelos nossos colaboradores, parceiros, clientes e portugueses em geral, reservo um agradecimento a todos os que contribuem para o sucesso das nossas iniciativas, pois são responsáveis por um percurso de construção para uma sociedade mais sustentável.

Our commitment to sustainability reflects our effort to change, continuously striving to have an effective and positive impact on society.

We align our performance with the United Nations Sustainable Development Goals because we believe that a successful business must be environmentally and socially sustainable and that practices benefitting society improve long-term performance.

Missão Continente continues to grow and address new challenges, with results that we want to share with everyone on the following pages.

We maintain our concern for food, aware of the role we play in making the Portuguese more aware of healthier lifestyles. Missão Continente School Programme is an example of this commitment, by continuing to grow and encourage literacy and healthier habits among the younger generation.

Last year we consolidated our Sustainability Strategy, working towards a sustainable ecological footprint, decarbonisation and zero waste, always striving to ensure responsible and informed supply, regarding the use of plastics.

Last but not least, we continue to take care of our people and involve them in our initiatives because we believe they are true ambassadors of Missão Continente.

Since this Mission is shared by our employees, partners, clients and the Portuguese in general, I would like to thank all those who contribute to the success of our initiatives, as they are responsible for building a path towards a more sustainable society.



José Fortunato

Presidente Missão Continente
Chairman of Missão Continente



ESTA MISSÃO É PARTILHADA
PELOS NOSSOS COLABORADORES,
PARCEIROS, CLIENTES
E PORTUGUESES EM GERAL.

THIS MISSION IS SHARED BY OUR
EMPLOYEES, PARTNERS, CLIENTS
AND THE PORTUGUESE IN GENERAL.



A NOSSA MISSÃO

OUR MISSION

Com uma forte vocação para as pessoas e um grande foco nas causas humanitárias e sociais, a Missão Continente desenvolve um trabalho de continuidade e persistência, através de uma estratégia integradora e aglutinadora capaz de efetivar a mudança em torno dos compromissos assumidos.

Alinhada com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas, a Missão Continente promove o desenvolvimento sustentável da sociedade, através do apoio a projetos inovadores, socialmente inclusivos, que potencializem e contribuam para sistemas de proteção social e uma alimentação e estilos de vida mais saudáveis, a redução do desperdício alimentar, incentivo ao consumo consciente e às boas práticas ambientais, tendo a sensibilização e mobilização como seu foco central de atuação.

A Missão Continente é a missão de todos os que a tornam cada vez mais presente nas suas vidas.

Missão Continente focuses primarily on people, embracing humanitarian and social causes. We continuously and persistently apply an inclusive, unifying strategy to bring about the change required for us to achieve our commitments.

Aligned with the United Nations Sustainable Development Goals, Missão Continente promotes the sustainable development of society by supporting innovative, socially inclusive projects that empower and contribute to social protection systems, healthier eating and lifestyles, the reduction of food waste, encouraging conscious consumption and good environmental practices. Raising awareness and mobilisation are its central focus for action.

Missão Continente is the mission of everyone who increasingly makes it part of their lives.



OS NOSSOS COMPROMISSOS

OUR COMMITMENTS

A Missão Continente mantém-se empenhada na prossecução dos seus objetivos em prol de uma sociedade mais equilibrada e um futuro sustentável.

Missão Continente remains committed to pursuing its goals for a more balanced society and sustainable future.

Promover a **redução do desperdício alimentar** ao longo de toda a cadeia de valor.

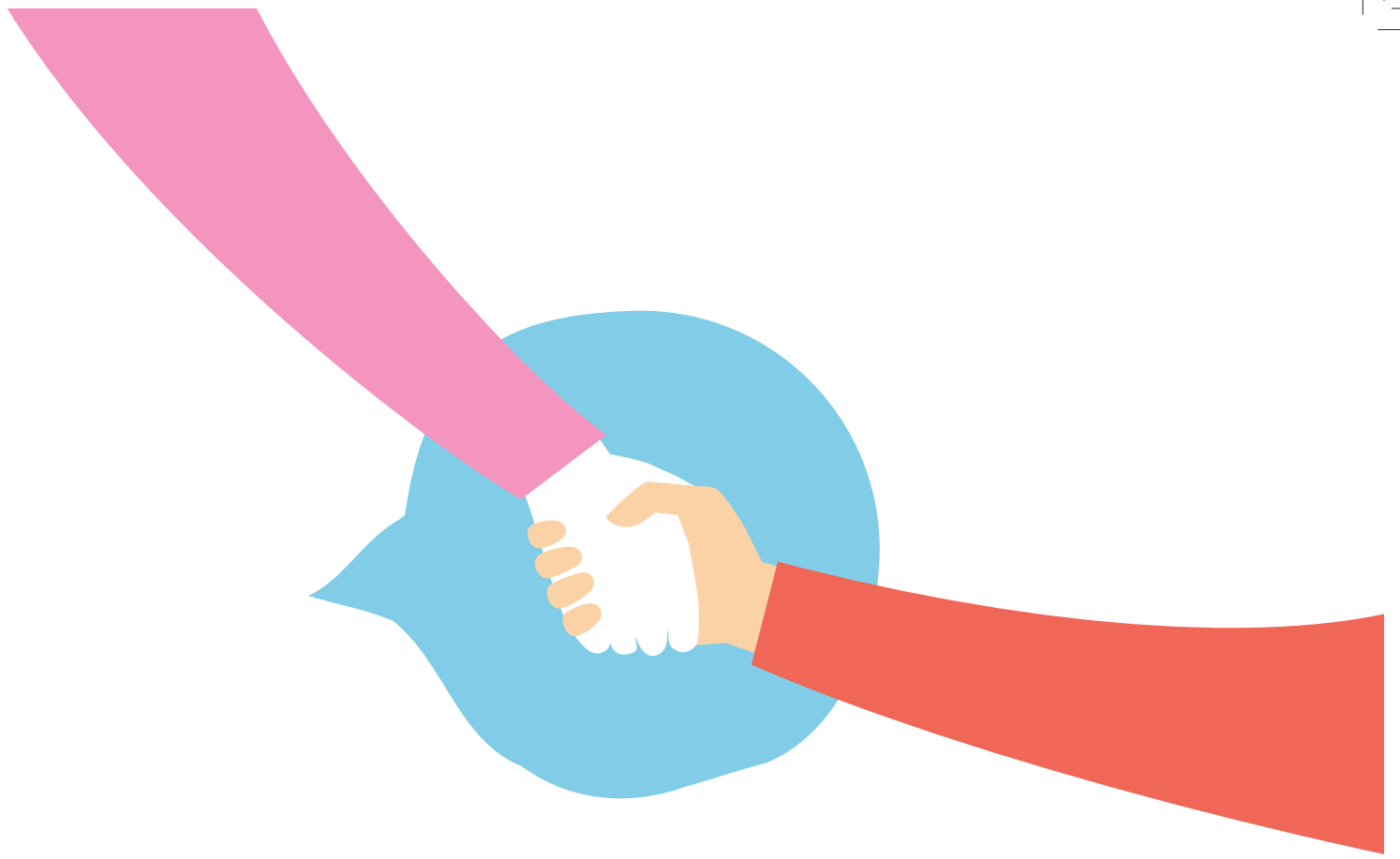
Promote the reduction of food waste throughout the value chain.

Desenvolver e implementar medidas para um **uso mais responsável do plástico**.

Develop and implement measures for a more responsible use of plastic.

Incentivar uma **alimentação e estilos de vida saudáveis** apostando, em simultâneo, na consciencialização para um **consumo responsável**.

Encourage a healthy diet and lifestyle while focusing on raising awareness about responsible consumption.



Dinamizar e apoiar projetos capazes de desencadear **verdadeiras transformações sociais e melhorar condições de vida de pessoas com maior vulnerabilidade social.**

Stimulate and support projects that can trigger real social transformations and improve the living conditions of those who are most vulnerable in society.

Assumir um papel preponderante na **preservação de recursos naturais**, através de uma gestão eficiente de recursos, promoção da **economia circular** e da **sensibilização** de todos para as **melhores práticas ambientais.**

Take on a more significant role in the conservation of natural resources through the efficient management of resources, promotion of the circular economy and making people more aware of the best environmental practices.



A MISSÃO EM NÚMEROS

THE 'MISSÃO' in NUMBERS



951 instituições de apoio social e bem-estar animal apoiadas

951 social support and animal welfare institutions supported

7,5 M€ doados em excedentes alimentares e outros

€ 7.5 million donated in surplus food and others

316 iniciativas locais apoiadas num valor **superior a 280.000€**

316 local initiatives were supported with an amount **over €280,000**

10



Recolhas de bens:

- **Cruz Vermelha Portuguesa** angariou em alimentos o equivalente a **330.000** refeições
- **Banco Alimentar Contra a Fome** angariou **961 ton** de alimentos
- **Animalife** angariou **618 ton** de produtos para animais
- **Instituto de Apoio à Criança e Cáritas** angariaram **327.813** artigos escolares

Collection of goods:

- **Portuguese Red Cross** collected the equivalent in food to **330,000** meals
- **Banco Alimentar Contra a Fome** food bank collected **961 tons** of food
- **Animalife** collected **618 tons** of animal products
- **Instituto de Apoio à Criança and Cáritas** collected **327,813** school articles



Programa Escola Missão Continente:

- **276 Escolas** do Ensino Básico inscritas
- **23.939 alunos** participantes
- **1.350 professores** envolvidos
- **123 Colaboradores** voluntários

Missão Continente School Programme:

- **276 Primary Schools** enrolled
- **23,939 students** participating
- **1,350 teachers** involved
- **123 volunteer** employees

22 projetos apoiados com o Donativo

Missão Continente, num total de 334.354€

22 projects received donations from

Missão Continente, totalling €334,354

700 crianças envolvidas em atividades para os filhos dos colaboradores

700 children involved in activities for employees' children



105 colaboradores apoiados pelo **Programa Somos Sonae**

105 employees supported by the **“Somos Sonae” Programme**

Recolha de resíduos para reciclagem:

- **47,6 ton** de óleo alimentar
- **27 ton** de pilhas
- **25,6 ton** de baterias automóveis
- **328 ton** de roupa

Collecting waste for recycling:

- **47.6 tons** of cooking oil
- **27 tons** of batteries
- **25.6 tons** of car batteries
- **328 tons** of clothes



PROMOVER A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

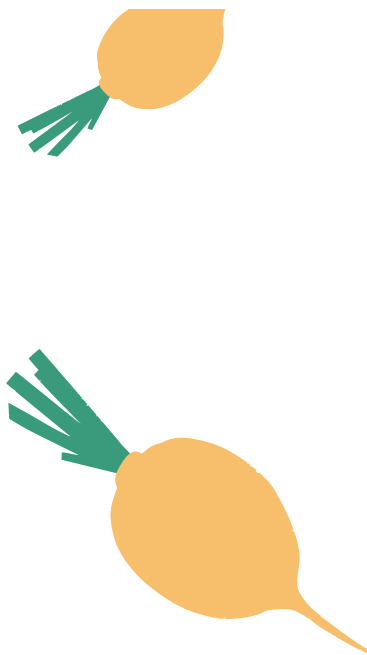
PROMOTE HEALTHY EATING

Encorajar a adoção de uma alimentação e estilos de vida saudáveis continua a ser uma das prioridades governamentais nacionais e internacionais. Para a Missão Continente, esta é também uma prioridade que tem vindo a ser trabalhada de forma transversal e continuada junto de diferentes públicos.

Encouraging the adoption of healthy diets and lifestyles continues to be a national and international governmental priority. This is also a priority for Missão Continente that has continuously been worked on across different target audiences.

PROGRAMA ESCOLA MISSÃO CONTINENTE

MISSÃO CONTINENTE SCHOOL PROGRAMME



Criado com o intuito de sensibilizar os alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico para a importância de uma alimentação saudável e um consumo consciente desde a mais tenra idade, o Programa Escola Missão Continente continua a conquistar a comunidade escolar.

Crianças, professores e pais são desafiados a pensar e a agir sobre temas como alimentação e estilos de vida saudáveis, origem dos alimentos, desperdício alimentar ou o uso excessivo do plástico. São realizadas atividades didáticas, visitas de estudo e aulas temáticas e interativas, apresentadas por colaboradores voluntários. Os alunos são também convidados a participar nos “Desafio Escola” e “Desafio Turma”, em que têm de colocar em prática os conhecimentos adquiridos, sendo as ideias mais criativas premiadas.

Na 3.ª edição, no ano letivo 2018/2019, inscreveram-se 276 escolas, envolvendo um total de 23.939 alunos, 1.350 professores e 123 colaboradores voluntários.

Edição 2017/2018

139 Escolas do Ensino Básico, 9.441 alunos, 480 professores envolvidos e 100 colaboradores voluntários.

Edição 2018/2019

276 Escolas do Ensino Básico, 23.939 alunos, 1.350 professores envolvidos e 123 colaboradores voluntários.

The Missão Continente School Programme was created to help primary school children realise the importance of healthy eating and conscious consumption from a very young age, and is being well received in the school community and continues to grow.

Children, teachers and parents are challenged to think and act on issues such as eating and healthy lifestyles, where their food comes from, food waste and the excessive use of plastic. It involves educational activities, study visits and thematic and interactive classes presented by volunteer employees. Students are also invited to participate in the “Desafio Escola” and “Desafio Turma” challenges, where they have to put what they have learned into practice. The most creative ideas are awarded prizes.

In the 3rd edition, in the 2018/2019 academic year, 276 schools enrolled involving a total of 23,939 students, 1,350 teachers and 123 volunteer employees.

2017/2018 Edition

139 Primary Schools, 9,441 students, 480 teachers involved and 100 volunteer employees.

2018/2019 Edition

276 Primary Schools, 23,939 students, 1,350 teachers involved and 123 volunteer employees.



Turma vencedora do prémio final da Escola Missão Continente 2017/2018

“No início estávamos meio perdidos, porque não sabíamos por onde começar. Realizámos trabalhos, mas não conseguimos ganhar nenhum prémio nessa primeira fase e não podíamos baixar os braços. Encarámos o segundo desafio com mais entusiasmo.

Levámos trabalho para casa e fomos pesquisar alimentos da época para preparar uma receita com alimentação saudável e sustentável. Qual a forma de irmos às compras de uma forma sustentável.

Fizemos na sala de aula barritas de aveia, banana e frutos secos para o nosso lanche e solicitámos o apoio da cozinha da escola para utilizar o forno. Toda a escola acabou por ficar envolvida.

Esta turma estava um pouco desamparada. Eram crianças com poucas regras, com poucos momentos de concentração, com poucas rotinas e pouca estabilidade emocional. Terem ganho este concurso, para além de aprenderem regras de convivência social, de terem a noção do que é uma sociedade sustentável e de adquirirem uma prática de vida saudável, ganharam o maior prémio. Houve alguém que acreditou neles, nas suas capacidades. A professora foi a ponte e a Missão Continente proporcionou-lhes este momento. O facto de terem ido à Cidade do Futebol e de terem sido eles os campeões, permitiu que a outra turma do 4.º ano recebesse a Missão Continente na escola e PARTILHAR assim a aprendizagem.”

Mónica Piloto, Professora do 4.º ano da Escola Básica da Brejoira, Setúbal - Vila Nova de Azeitão

“At first, we were a bit lost, because we didn’t know where to start. We did some sketches but we didn’t win any prizes at this early stage. We went into the second challenge with greater enthusiasm.

We took work home and researched food of each season of the year. We researched which foods we could use to prepare healthy and sustainable food. How to go shopping in a sustainable way.

We made oat, banana and dried fruit bars in the classroom for our snacks and asked the school kitchen to help us by letting us use the oven. The whole school became involved.

This class was quite neglected when I arrived at the school. The children were unruly, had concentration issues, few routines and little emotional stability. Having won this contest, in addition to learning rules of social coexistence, having the notion of what a sustainable society is and acquiring healthy living practices, they won the greatest prize. There was someone who believed in them, in their abilities. The teacher was the bridge and Missão Continente gave them this opportunity. The fact that they went to the Cidade do Futebol, the National Football team’s centre, and were the champions allowed the other 4th year class to host Missão Continente at school and so SHARE the learning.”

Mónica Piloto, 4th year Teacher at Brejoira Basic School, Setúbal - Vila Nova de Azeitão





“Foi espetacular a ideia era pôr os nossos alunos a refletir! Temos de questionar as nossas ações, os nossos comportamentos e, nesse contexto, o que comemos, como comemos, enfim, os nossos alimentos! Com a ajuda da Missão Continente trabalhamos com os nossos pequenos alunos os conceitos “sazonal”, “local”, “biológico”, “barato”, “sem plástico”, enfim, sustentável! Sabemos, por experiência adquirida, o importante papel que os nossos alunos desempenham como multiplicadores de novas competências que apelam para uma cidadania responsável junto das suas famílias.

As atividades que desenvolvemos no âmbito do programa Escola Missão Continente foram extremamente estimulantes e vão orientar de forma positiva um grupo de pequenos cidadãos, para o seu papel numa sociedade que se quer responsável e sustentável. Só isso já tem um valor incalculável nos dias que correm. Estas crianças estão mais recetivas a novas informações e encontram-se numa fase de desenvolvimento em que as mudanças de comportamento são mais prováveis. Já são cidadãos e já têm o direito de participar na construção da (sua) sociedade. Porque não incumbi-los dessa responsabilidade e trazer alguns objetivos e valores para as suas vidas?

Obrigada à Missão Continente por servir de trampolim à reflexão em torno destas grandes causas! Sem o vosso estímulo estaríamos pedagogicamente mais pobres!”

Sónia Pereira, Professora do 1.º ano da EBI do Brejo, Oliveira de Azeméis, Aveiro

“The idea to get our students to reflect was great! We have to question our actions, how we act and, in that context, what we eat, how we eat, basically our food! With the help of Missão Continente, we worked with our students on concepts like “seasonal”, “local”, “biological”, “cheap”, “without plastic” and basically sustainable! We know from experience the important role that our students play in their families as multipliers of new skills that call for responsible citizenship.

The activities we carried out under the Missão Continente Schools Programme were extremely stimulating and will positively guide a group of young citizens in their role in a society that is both responsible and sustainable. That alone is already invaluable these days.

These children are generally more receptive to new information and are at a developmental stage where behavioural changes are more likely. They are already citizens and already have the right to participate in the construction of (their) society. Why not entrust them with this responsibility and bring some goals and values to their lives?

We are grateful to Missão Continente for being a springboard for reflection on these major causes! Without your encouragement, we would be pedagogically poorer!”

Sónia Pereira, 1st year Teacher at Brejo Basic School, Oliveira de Azeméis, Aveiro



Turma vencedora do 2.º desafio da Escola Missão Continente 2017/2018

CONFERÊNCIA PORTUGAL SAUDÁVEL

PORTUGAL SAUDÁVEL CONFERENCE

A Missão Continente continua a promover o debate público sobre alimentação e seus possíveis impactos de sustentabilidade no país.

A 3.ª edição da Conferência Portugal Saudável, que decorreu em março de 2018, sob o tema “A alimentação do futuro”, contemplou conceitos como: tendências de consumo, padrões alimentares ideais ou a forma como os alimentos poderão ser produzidos no futuro.

Nesta conferência concluiu-se que o futuro da alimentação vai conjugar o regresso às origens com as novas tecnologias. É também imprescindível promover a literacia alimentar e a conjugação de esforços – governos, empresas, ONG e consumidores – para se alcançarem os objetivos desejados e que passam pela resolução de problemas como a fome, a má nutrição e o desperdício alimentar.

A Conferência destacou igualmente a importância do regresso à terra, a valorização de produtos frescos e sazonais, biológicos e nutricionalmente ricos. Uma mensagem que foi reafirmada por Nick Barnard, autor do livro “Eat Right” e cofundador da empresa “Rude Health”, que, defendendo uma alimentação à antiga, transmitiu a ideia de que “quem come melhor, não precisa de comer tanto”.

Por sua vez, o médico futurista Bertalan Meskó defendeu que a tecnologia deve estar ao serviço das famílias, a favor de uma alimentação mais saudável e mais sustentável, mantendo os padrões sociais e culturais.

Missão Continente continues to promote public debate about food and its possible sustainability impacts on the country.

The 3rd edition of the Portugal Saudável Conference took place in March 2018 under the theme “Tomorrow’s Food” the conference covered concepts such as: consumption trends, ideal food standards and the way food could be produced in the future.

This conference concluded that the future of food will combine a return to our origins with modern technologies. Food literacy has to be improved and governments, businesses, NGOs and consumers will have to work together to achieve the desired goals, which also involve solving problems such as hunger, malnutrition and food waste.

The Conference also highlighted the importance of returning to the land, and of preferring products that are fresh, seasonal, and biologically and nutritionally rich. This message was reaffirmed by Nick Barnard, author of “Eat Right” and co-founder of the company Rude Health, who advocated old-fashioned eating, conveying the idea that “those who eat better don’t need to eat as much.”

In turn, Bertalan Meskó, director at the Medical Futurist Institute argued that technology should be available to serve families, in favour of a healthier and more sustainable diet, while maintaining social and cultural standards.





Francisco Goiana, Paulo Oom, João Adelino Faria, Anabela Raymundo e Inês Valadas.



Francisco Siopa, Francisco Bendrau Sarmento e Nuno Ferrand. Em baixo, à esquerda: Bertalan Meskó. Em baixo, à direita: Nick Barnard.






SENSIBILIZAR PARA O CONSUMO CONSCIENTE

RAISE AWARENESS
FOR CONSCIOUS
CONSUMPTION





Os dados mais recentes da Organização das Nações Unidas para a Agricultura e Alimentação (FAO) sublinham que até 2050 será necessário produzir mais 70% de alimentos para alimentar uma população que deve aumentar para cerca de 9 mil milhões de pessoas.

Por outro lado, continua a ser preocupante a quantidade de alimentos que diariamente são desperdiçados em todo o mundo. Portugal está em 13.º lugar no ranking do desperdício alimentar na União Europeia e é no sentido de combater esta realidade que o Continente trabalha há mais de duas décadas. É um esforço de persistência e continuidade que tem originado produtos inovadores, com mais-valias para a economia circular.

A Missão Continente procura evidenciar a sensibilização para as consequências e impactos sociais e ambientais de cada escolha que fazemos enquanto consumidores.

The most recent data from the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) underlines that by 2050 it will be necessary to produce 70% more food to feed a population that should increase by 9 billion people.

On the other hand, the amount of food that is wasted on a daily basis around the world remains worrying. Portugal is in 13th place in the ranking of food waste in the European Union. Continente has been working continuously and persistently for more than two decades to combat this situation, an effort that has given rise to innovative products with added value for the circular economy.

Missão Continente aims to make people more aware of the social and environmental consequences and impacts of each choice they make as consumers.



VÍDEO

PRODUTOS DE ECONOMIA CIRCULAR

CIRCULAR ECONOMY PRODUCTS

Ao processo de transformar produtos em fim de vida, através da reutilização, recuperação ou reciclagem, chama-se Economia Circular. Este modelo surgiu em oposição ao modelo de economia linear, que pressupõe que um produto tem um princípio e um fim, e está enquadrado no objetivo primordial de combater o desperdício alimentar.

À medida que as frutas e os legumes perdem valor comercial, mas continuam em perfeitas condições de consumo, tornam-se ideais como ingredientes de novas receitas. Foi assim que nasceram os Chutneys e Compotas Continente.



Estes produtos exclusivos Continente são diferenciadores não só pelos princípios de economia circular e sustentabilidade em que assenta o seu processo, como são os primeiros do género lançados por uma cadeia de retalho.

Aos deliciosos Doce de Tomate, Doce de Abóbora e Noz e Chutney de Cebola, juntaram-se em 2018 as novas receitas de Doce de Laranja, Doce de Frutos Tropicais e Doce de Banana.

Na sequência do lançamento dos Chutneys e Compotas Continente, nasceu o Panana. As bananas são um dos alimentos com maior procura nas lojas Continente, o que exige reposições em grandes quantidades. Porém, nem sempre são totalmente escoadas antes de se tornarem muito maduras. O Panana é um bolo confeccionado a partir destas bananas que deixaram de ter valor comercial.

Este produto possibilita o resgate anual de mais de 80.000 bananas que, de outro modo, seriam desperdiçadas, dando um novo destino aos excedentes do fruto.





The process of transforming end-of-life products through reuse, recovery or recycling is called the Circular Economy. This model emerged to counter the linear economy model, which assumes that a product has a beginning and an end. The primary objective in this regard is to combat food waste.

As fruit and vegetables lose commercial value, but are still perfect for consumption, they become ideal ingredients for new recipes. This is how the Continente Chutneys and Jams were born.

These exclusive Continente products stand out not only for the principles of circular economy and sustainability on which their process is based, but they are also the first of their kind to be launched by a retail chain.

The delicious Tomato Jam, Pumpkin and Walnut Jam and Onion Chutney were joined in 2018 by the new recipes of Orange Jam, Tropical Fruit Jam and Banana Jam.

Panana was born following the launch of the Continente Chutneys and Jams. Bananas are one of the most purchased foods in Continente stores, requiring restocking in large quantities. However, the product is not always fully sold before becoming very ripe. Panana is a cake made from bananas that no longer have commercial value.

This product enables the annual reuse of more than 80,000 bananas that would otherwise be wasted, giving a new outlet for fruit surpluses.



CLUBE DE PRODUTORES CONTINENTE CONTINENTE PRODUCERS CLUB

A Academia do Clube de Produtores Continente consiste num programa de capacitação para os produtores membros do clube, nas suas diversas áreas de produção.

São abordadas temáticas como: “Os mercados e as empresas”, “Produção e transformação agroalimentar”, “Do produtor ao entreposto Sonae”, “Os clientes Continente” e “Inovação”. A última sessão foi destinada à apresentação dos ‘projetos inovação’ realizados, conclusões do programa de capacitação e atribuição da respetiva certificação.

Na primeira edição, concluída em junho de 2018, cerca de 20 membros do Clube de Produtores Continente viram reforçadas as suas competências em projetos e produtos com maior capacidade de resposta às necessidades dos clientes Continente. Em novembro de 2018, foi iniciada a segunda edição deste programa, com 20 novos formandos.

Os números do Clube de Produtores Continente

197 membros, composto por organizações de produtores e pequenas empresas familiares

Em 2018, foram compradas 139.159 toneladas de produtos frescos aos membros do clube

22

The Continente Producers Club consists of a skills-building programme for the club's member producers in their various production areas.

The topics covered include: “Markets and companies”, “Production and agri-food processing”, “From producer to the Sonae warehouse”, “Continente’s customers” and “Innovation”.

The last session was devoted to the presentation of the ‘innovation projects’ carried out, presentation of the conclusions of the skills-building programme and award of the respective certification.

In the first edition, completed in June 2018, about 20 members of the Continente Producers Club improved their product and project skills, giving them a greater response capacity to the needs of Continente’s customers. The second edition of this programme began in November 2018, with 20 new trainees.

Continente Producers Club figures

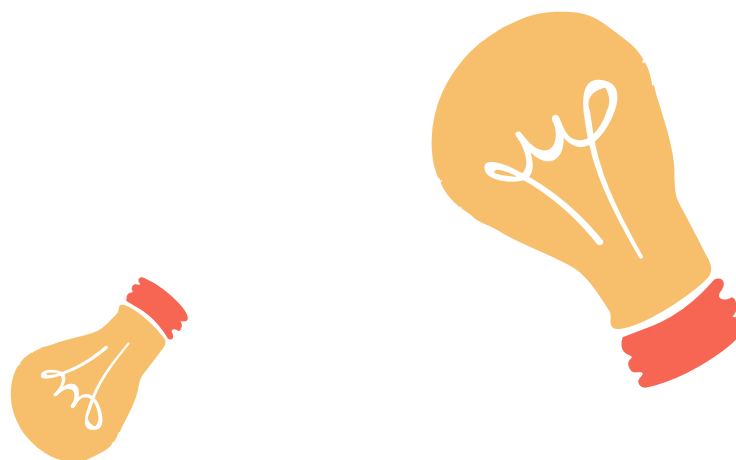
197 members, consisting of producer organisations and small family businesses

In 2018, 139,159 tons of fresh products were purchased from club members



SEMÁFORO NUTRICIONAL

NUTRITIONAL TRAFFIC LIGHT



Há uma década o Continente foi pioneiro em Portugal ao adotar este sistema de informação nutricional nos seus produtos de Marca Própria, revolucionando a leitura dos produtos e permitindo fazer escolhas mais informadas e conscientes.

Ao encontro de um consumidor cada vez mais atento e exigente, o Semáforo Nutricional representa hoje, para muitos dos clientes, um critério decisivo no momento da compra.

Este sistema de informação nutricional representado por um código de 3 cores, semelhante ao semáforo de trânsito, está integrado nas embalagens dos produtos Continente.

Este código associa as 3 cores - vermelho, amarelo e verde - à Dose de Referência para 4 nutrientes específicos: gordura, gordura saturada, açúcar e sal. A informação é de simples leitura e transparente, pois dependendo da concentração desses 4 nutrientes, os alimentos apresentam uma combinação de cores. Para uma alimentação mais saudável e equilibrada, deve dar-se preferência aos alimentos que apresentam mais nutrientes a verde e amarelo do que a vermelho.

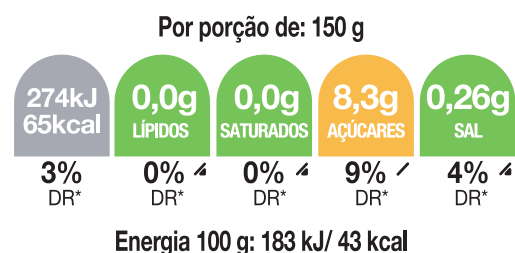
One decade ago, Continente was a pioneer in Portugal by adopting this nutritional information system on its Private Label products, revolutionising the reading of products and enabling more informed and conscious choices to be made.

The Nutritional Traffic Light meets the needs of an increasingly attentive and demanding consumer, and for many customers it now represents a decisive criterion at the time of purchase.

This nutritional information system, represented by a 3-colour code, similar to a traffic light, is included on the front of the packaging of Continente products.

This code associates these 3 colours, red, yellow and green, to the Reference Dose for 4 specific nutrients: fat, saturated fat, sugar and salt.

The information is easy to read and transparent, because the foods present a combination of colours depending on the concentration of these 4 nutrients. For a healthier and more balanced diet, preference should be given to foods that have more nutrients in green and yellow than in red.



HÁBITOS SAUDÁVEIS

HEALTHY HABITS

Segundo a Direção-Geral de Saúde (DGS), os portugueses consomem 3 g de sal em excesso todos os dias, o que contribuiu para uma das taxas mais elevadas de tensão arterial da Europa (três em cada 10 portugueses) e liderar o ranking de incidência de AVC.

Alinhado com esta preocupação, o Continente também pretende sensibilizar a população para a necessidade de reduzir o consumo de sal, que está muito associado à perda de anos de vida saudável.



O Continente vem reforçar o compromisso da marca em promover um consumo consciente e uma alimentação saudável, com vista ao desenvolvimento de produtos de marca própria mais saudáveis, alguns dos quais já disponíveis no mercado, sob a marca Continente Equilíbrio.

The Portuguese consume 3 g of excess salt every day, according to the Directorate-General of Health (DGS), which has contributed to one of the highest blood pressure rates in Europe (3 out of 10 Portuguese), topping the ranking of incidence of stroke. Continente, sharing this concern, also aims to make people more aware of the need to reduce salt consumption, which is closely associated with the loss of healthy life years.

Missão Continente reinforces the brand's commitment to promoting conscious consumption and healthy eating, aimed at developing healthier private label products, some of which are already available on the market under the brand name Continente Equilíbrio.

CORDON GRIS, INOVAÇÃO NA ÁREA DO ENVELHECIMENTO

CORDON GRIS, INNOVATION IN THE AGEING AREA

A Sonae MC foi parceira deste inovador projeto europeu na área do envelhecimento saudável, financiado pelo programa Active and Assisted Living. Trata-se de uma Aplicação Digital que reúne e analisa toda a informação introduzida, para gerar recomendações à medida. Este sistema inteligente combina as necessidades alimentares e o orçamento de cada indivíduo sénior, para elaborar um plano de refeição, a que é associada uma lista de compras do Continente Online, que depois é entregue em casa.

Sonae MC was a partner in this innovative European project in the healthy ageing area, funded by the Active and Assisted Living programme.

It is a Digital Application that gathers and analyses all the information input, to generate customised recommendations. This smart system combines the dietary needs and budget of each senior citizen to come up with a meal plan, associated with a Continente Online shopping list, which is then delivered to their home.





APOIAR A COMUNIDADE SUPPORT THE COMMUNITY

A Missão Continente mantém o seu compromisso para com as comunidades próximas, através do apoio a projetos que reforcem e favoreçam a cidadania solidária e a inclusão social, sendo ao mesmo tempo capazes de transformar vidas.

Missão Continente maintains its commitment to the surrounding communities by supporting projects that reinforce and promote social citizenship and inclusion, while being able to transform lives.

RECOLHA DE BENS

COLLECTIONS OF GOODS

Angariar bens essenciais para doar a quem não os consegue adquirir não é apenas uma questão de altruísmo; é uma questão de cidadania, solidariedade e inclusão social.

Neste sentido, a Missão Continente continua a apoiar as campanhas de âmbito nacional e local, de instituições que têm como objetivo o apoio e promoção de bem-estar da sociedade. Este apoio é materializado em cedência de espaço em loja, apoio logístico e de comunicação.

Cruz Vermelha Portuguesa

330.000 refeições angariadas

Banco Alimentar Contra a Fome

961 ton de alimentos angariadas

Instituto de Apoio à Criança e Cáritas

327.813 artigos escolares angariados

Animalife

618 ton de alimentos angariados para os animais

Collecting essential goods to give to those who cannot purchase them is not only a matter of altruism, but also a question of citizenship, solidarity and social inclusion.

In this sense, Missão Continente continues to support national and local campaigns of institutions that aim to support and promote the well-being of society. This support takes the form of providing store space, logistical and communication support.

Portuguese Red Cross

330,000 meals collected

Banco Alimentar Contra a Fome food bank

961 tons of food collected

Instituto de Apoio à Criança and Cáritas

327,813 school items collected

Animalife

618 tons of animal food collected



“O trabalho de luta contra a pobreza e contra o desperdício, realizado diariamente nos Bancos Alimentares e na ENTRAJUDA, só é possível com parceiros, que, como a Missão Continente, acreditam que trabalhar em rede gera mais valor social.”

Isabel Jonet, Banco Alimentar Contra a Fome



VIDEO



“The work of combating poverty and waste, carried out daily in the Food Banks and in ENTRAJUDA, is only possible with partners like Missão Continente, who believe that working in a network generates greater social value.”

Isabel Jonet, Banco Alimentar Contra a Fome

DONATIVO MISSÃO CONTINENTE

MISSÃO CONTINENTE DONATION



O Donativo Missão Continente tem por objetivo identificar, selecionar e apoiar projetos de âmbito local ou nacional, relacionados com a Alimentação e que tragam ideias inovadoras e socialmente relevantes nas áreas de Alimentação Saudável, Desperdício Alimentar e Inclusão Social.

The objective of the Missão Continente Donation is to identify, select and support local or national projects related to Food, which bring innovative and socially relevant ideas in the areas of Healthy Eating, Food Waste and Social Inclusion.

22 Projetos apoiados no valor de 334.354€

22 Projets supported with 334,354€

Instituições vencedoras do Donativo 2017/2018 • Winning Institutions of the 2017/2018 Donation

Azimute - Associação de Desportos de Aventura, Juventude e Ambiente - Sementes com Vida	15.595€
Associação Regional de Desenvolvimento do Alto Lima - Sabores do Parque	14.500€
Centro Paroquial de Bem-Estar Social de Arrentela - Pão na tua mão	16.000€
Associação Vale de Acór - Oficinas do Sabor	8.993€
Cruz Vermelha Portuguesa - Delegação de Olhão - Aproveita +	11.404€
Obra D. Josefina da Fonseca de Proteção à Criança e Formação Doméstica - Para bem crescer à Horta vamos colher	11.000€
Associação de Paralisia Cerebral de Vila Real - APCVR - (D)eficiência na Alimentação	16.744€
Santa Casa da Misericórdia de Vale de Cambra - Alimentação Saudável, Vida Saudável	15.482€
AGROTEJO - União Agrícola do Norte do Vale do Tejo - RESTOLHO - Uma segunda colheita para que nada se perca!	16.000€
AFACIDASE - da Serra da Estrela - Ateliê de Doçaria	13.900€
Associação Crescer em Confiança - Haja Saúde	18.374€
Irmãdade São Francisco Xavier - Capacitar +	10.960€
Unidade Local de Saúde do Baixo Alentejo, EPE - Saúde a Gosto!	15.500€
Associação Cozinha Solidária e Refeições com Alma - Cozinha com Alma	16.000€
Instituto Profissional do Terço - Cozinha dos Afetos	25.400€
Hospital de Magalhães Lemos, EPE- S(EM)ENTE - Uma Horta e Pomar Terapêutica	18.857€
Centro Paroquial de Assistência da Freguesia do Juncal - Cozinha para Todos	13.120€
Delegação da Madeira da Alzheimer Portugal - Com Aromáticas me Conquistas	11.000€
TIC TAC Associação para Promoção dos Tempos Livres das Crianças e dos Jovens - Em Odemira, o Chef sou eu!	13.000€
APPACDM de Viana do Castelo - Pensar, Saber e Comer	16.000€
Centro Social Paroquial de Ribeirão - Estufas Acessíveis em Hidroponia	23.000€
Casa do Pessoal Agrupamento de Escolas Pêro da Covilhã - Crescer com Saúde Alimentar	13.525€





“O prémio teve um impacto muito significativo no aumento da produção da Cozinha com Alma. O equipamento novo permitiu incrementar, em média, 20% a produção diária. O prémio não teve apenas impacto na produção, mas também, e não menos importante, na validação e no reconhecimento do trabalho e empenho diário de cada um dos elementos da equipa. Obrigada, Missão Continente!”

Cristina de Botton, Associação Cozinha Solidária e Refeições com Alma

“The prize had a very significant impact on the increased production of Cozinha com Alma. The new equipment allowed an average increase in daily production of 20%. The prize not only had an impact on production, but also, and not least, on the validation and recognition of the work and daily commitment of each of the team members. Thank you, Missão Continente!”

Cristina de Botton, Cozinha Solidária e Refeições com Alma Association

“A Missão Continente veio colmatar parte das nossas necessidades, estimulando o crescimento contínuo da nossa organização, potenciando e difundindo as boas práticas na área alimentar aliadas ao combate do desperdício alimentar. Termos participado neste projeto tornou-nos mais proativos na procura de oportunidades adequadas à qualidade exigida ao terceiro sector.”

Diana Torres, APPACDM de Viana do Castelo

“Missão Continente has met some of our needs, stimulating the continuous growth of our organisation, promoting and disseminating good practices in the food area combined with combating food waste. The fact that we participated in this project made us more proactive in looking for opportunities appropriate to the quality required of the third sector.”

Diana Torres, Portuguese Association of Parents and Friends of the Mentally Deficient Citizen of Viana do Castelo



DOAÇÕES DIÁRIAS

DAILY DONATIONS

As lojas Continente reúnem diariamente produtos alimentares excedentes que, não podendo ser recuperados para venda, mas estando em boas condições de consumo, são doados a centenas de Instituições de Solidariedade Social e Associações de apoio a animais.

Continente stores daily collect surplus food products that cannot be recovered for sale but are good for consumption and are donated to hundreds of Social Solidarity Institutions and Animal Support Associations.



951 instituições de Solidariedade Social e Associações de apoio a animais, beneficiadas com excedentes

Doados excedentes no valor de **7,5 milhões de euros**

654 instituições de Solidariedade Social, que receberam doações no valor de **5,9 milhões de euros**

297 instituições de apoio a animais, com doação de excedentes no valor de **1,6 milhões de euros**

“A Obra Nossa Senhora das Candeias agradece, reconhecidamente, o contributo da “Missão Continente”, que muito tem beneficiado os jovens educandos desta Instituição. É louvável que o mundo empresarial, concretamente o Continente, seja sensível aos problemas sociais e contribua para a melhoria da sociedade, neste caso para a integração na vida ativa dos jovens que vivenciaram situações de risco para as quais não contribuíram.”

Dra. Maria Inês Santos - Presidente da Direção - Obra de Nossa Senhora das Candeias

“Reconhecidamente gratos pelos apoios concedidos pela Missão Continente, que muito contribuiu para atenuar as carências alimentares e o sofrimento de inúmeras famílias deste concelho, com grandes privações económicas.”

Associação de Solidariedade Social Sociedade Columbófila Cantanhedense

951 Social Solidarity Institutions and Animal Support Associations benefit from surpluses

Donated surplus amounting to **7.5 million euros**

654 Social Solidarity institutions, which received donations worth **5.9 million euros**

297 animal support institutions, with a donation of surplus worth **1.6 million euros**

“Obra Nossa Senhora das Candeias gratefully acknowledges Missão Continente’s contribution which has greatly benefitted the young students of this institution.

It is praiseworthy that the business world, namely Continente, is sensitive to social problems and helps to improve society, in this case by integrating into working life young people who were in precarious situations that were not of their own making.”

Dr. Maria Inês Santos - Chair of the Board - Obra de Nossa Senhora das Candeias

“We are notably grateful for the support given by Missão Continente, which has greatly helped to alleviate the food shortages and suffering of countless families undergoing great economic hardship in this municipality.”

Associação de Solidariedade Social Sociedade Columbófila Cantanhedense

OUTROS APOIOS

OTHER SUPPORT

Numa ótica de aproximação à comunidade, a Missão Continente apoia iniciativas e projetos locais por todo o país.



Vida Norte is a private social welfare institution operating in the municipalities of Porto and Braga. Its main mission is to support pregnant women and babies in fragile situations, through close monitoring and accompaniment of their situation. It assists an average of 100 pregnant women and families per month, from pregnancy until the baby is 18 months of age, working to build skills so that, at the end of this period, the mother can autonomously continue with a structured and happy family project.

From a perspective of approximation to the community, Missão Continente supports local initiatives and projects throughout the country.

Vida Norte

A Vida Norte é uma IPSS que atua nos concelhos do Porto e Braga, tendo como principal missão apoiar grávidas e bebés em situação de fragilidade, através de um acompanhamento de proximidade. Acompanha uma média de 100 grávidas e famílias por mês, desde a gravidez até ao bebé completar 18 meses de vida, trabalhando ao nível da Capacitação para que, findo este período, a Mãe possa, de forma autónoma, dar seguimento a um projeto familiar estruturado e feliz.

“A Missão Continente tem sido absolutamente incansável na procura de soluções que permitam responder às necessidades da Vida Norte. Seja através da doação de produtos essenciais ao bom desenvolvimento do bebé e da grávida, como da disponibilidade para a realização de campanhas de angariação em diferentes superfícies, o apoio que nos dá é muitíssimo abrangente e transversal, com um impacto direto na melhoria da qualidade de vida das famílias que acompanhamos.

É um privilégio podermos contar com a Missão Continente como nossa parceira e não podíamos estar mais agradecidos. São parceiros assim que fazem realmente a diferença. Muito obrigado!”

Isabel Pessanha Moreira, Presidente Associação Vida Norte

“Missão Continente has been absolutely tireless in the search for solutions that allow us to meet the needs of Vida Norte. Whether through the donation of essential products to the good development of the baby and the pregnant woman, or its availability for fundraising campaigns at different stores, the support it gives us is very comprehensive and transversal, with a direct impact on the quality of life of the families we help. It is a privilege that we can count on Missão Continente as our partner and we could not be more grateful. It is partners like this that really make a difference. Thank you very much!”

Isabel Pessanha Moreira, Chair of Associação Vida Norte

ÂNIMAS

A ÂNIMAS é uma IPSS (acreditada pela Assistance Dogs International) que entrega gratuitamente Cães de Assistência a pessoas com necessidades especiais. Conta com uma equipa multidisciplinar de voluntariado que trabalha no sentido de ampliar o nível de independência e de autoestima destas pessoas. É também escola formadora de Duplas para Intervenções Assistidas por Animais, trabalhando diariamente com 3.700 pessoas idosas, crianças, jovens e adultos.

A Missão Continente apoiou a ÂNIMAS na otimização da fase de acoplamento, ajudando a fortalecer o vínculo entre o beneficiário, a sua família e o cão de assistência.

“O V. tem epilepsia e outros problemas graves. Na semana em que a Mira chegou, ele teve uma crise. Já passou quase um ano e não voltou a ter. Quando está com ela concentra-se, aumentou o seu vocabulário, esbanja confiança e apresenta-a a outras pessoas. Com a Mira, as injeções diárias deixaram de ser um drama.”

Mira é uma Cadela de Assistência para uma criança com epilepsia, entre outras diversidades.

“Hoje, a Sissi é companheira, não companhia; é o alarme para quando sente que algo não está como é costume. Hoje, a Sissi é uma estrela, um raio de luz e de alegria na nossa família.”

Sissi é uma Cadela de Assistência para uma criança com paralisia cerebral

ÂNIMAS is a private social welfare institution (accredited by Assistance Dogs International) that provides free Assistance Dogs to people with special needs. It has a multidisciplinary volunteer team that works to increase the degree of independence and self-esteem of these people. It is also a Doubles Training School for Animal-Assisted Interventions, working daily with 3,700 elderly people, children, youth and adults.

Missão Continente supported ÂNIMAS in the optimisation of the coupling phase, helping to strengthen the bond between the beneficiary, his/her family and the assistance dog.

“V. has epilepsy and other serious problems. In the week that Mira arrived he had an attack. It’s been almost a year now and he has not had any more attacks. When he is with the dog he concentrates, increases his vocabulary, exudes confidence and introduces the dog to other people. With Mira, the daily injections are no longer a drama.”

Mira is an Assistance Dog for a child with epilepsy, among other illnesses.

“Today, Sissi is a companion, not company; she is the alarm for when she feels that something is not as it usually should be. Today, Sissi is a star, a ray of light and joy in our family.”

Sissi is an Assistance Dog for a child with cerebral palsy.





OPERAÇÃO NARIZ VERMELHO

A Operação Nariz Vermelho é uma IPSS, que leva alegria à criança hospitalizada e aos seus familiares, através do Doutor Palhaço, artistas especializados, que trabalham em estreita colaboração com os profissionais de saúde. Por ano são visitadas mais de 45.000 crianças hospitalizadas.



“A Missão Continente tem apoiado a nossa causa ao longo destes 16 anos, por diversas vezes, através de campanhas solidárias às quais os seus clientes aderem de forma extraordinária e sempre com resultados de angariação de fundos muito significativos e fundamentais para a sustentabilidade da nossa missão. Este ano, a campanha dos cromos da caderneta da seleção nacional e a dos sacos de compras, em conjunto, angariaram fundos que nos permitem garantir a visita dos Doutores Palhaços a 3 hospitais durante todo o ano!

Continuamos a crescer, a chegar a mais e mais crianças hospitalizadas, a cada ano, porque vos temos ao nosso lado! Obrigado por todo o vosso apoio!”

Carlota Mascarenhas, Operação Nariz Vermelho



Operação Nariz Vermelho is a private social welfare institution that brings joy to hospitalised children and their families, through Doctor Clown, specialised artists who work closely with the health professionals. More than 45,000 hospitalised children are visited every year.

“Missão Continente has supported our cause on several occasions over the last 16 years, through solidarity campaigns. Its customers sympathize with these campaigns in an extraordinary way and always with very significant and fundamental fundraising results for the sustainability of our mission.

This year, the campaign of stickers of the national football team and the shopping bag campaign both raised funds that help us to guarantee that Doctor Clowns can visit 3 hospitals throughout the entire year! We continue to grow, reaching more and more hospitalised children every year because we have you by our side! Thank you for all your support!”

Carlota Mascarenhas, Operação Nariz Vermelho



BEM-ESTAR DOS COLABORADORES

WELFARE OF EMPLOYEES

Com o objetivo de promover o bem-estar, a satisfação e o sentido de coesão de todos os colaboradores, são várias as iniciativas desenvolvidas ao longo do ano, que visam criar oportunidades de crescimento profissional e pessoal.

In order to promote the well-being, satisfaction and cohesion of all employees, several initiatives were developed throughout the year aimed at creating opportunities for professional and personal growth.

PROGRAMA SOMOS SONAE

“SOMOS SONAE” PROGRAMME

Contribuir para a mitigação de situações de vulnerabilidade social das nossas pessoas, através de apoios de carácter temporário e excepcional, é um dos pilares de base do SOMOS SONAE, um programa em parceria com a Cruz Vermelha Portuguesa (Portugal + Feliz).

O Programa Somos Sonae apoiou 105 colaboradores e seus agregados familiares, beneficiando um total de 296 pessoas.

One of the basic pillars of SOMOS SONAE, a programme in partnership with the Portuguese Red Cross (Portugal + Feliz), is to address situations of social vulnerability of our workers through temporary and exceptional support.

The “Somos Sonae” Programme supported 105 employees and their families, benefitting a total of 296 people.

MOVIMENTO IMPROVING OUR LIFE

“IMPROVING OUR LIFE” MOVEMENT

São os 34.000 colaboradores da Sonae MC que continuam a inspirar o movimento “Improving Our Life”, cujo impacto se estende à sua vida pessoal e familiar.

Em 2018, uma das iniciativas de maior impacto foi “Programa a Tua Vida e Realiza o Teu Futuro”, para os filhos dos colaboradores, com 15 a 18 anos de idade, procurando estimular vocações e competências de futuro. Por sua vez, o “Clube Júnior”, iniciativa de valorização dos tempos livres, contou este ano com a participação de filhos de colaboradores das lojas, entrepostos e escritórios.

No que respeita ao programa Logística Solidária, várias ações de cariz solidário e social proporcionaram aos colaboradores desta área apoios de diversos tipos.

- 1.500 manuais escolares partilhados na Bolsa de Manuais Escolares;
- 200 crianças participaram no Clube Júnior, em 11 cidades do país, com atividades de verão;
- Mais de 2.000 famílias beneficiaram com o Bazar Solidário, onde encontram vários produtos a preços simbólicos;
- Intervenção em 14 lares, melhorando as condições de vida de 14 famílias, através do programa “Colega, mudámos-te a casa”;
- Cerca de 500 crianças participaram nos programas “Semana das Nossas Profissões” e “Semana das Nossas Crianças”;
- Oferta de cabazes de Natal, diversos presentes, concursos, passatempos e espetáculos.

The 34,000 employees of Sonae MC continue to inspire the “Improving Our Life” movement, which helps to improve both their personal and family life.

One of the most important initiatives in 2018 was “Plan Your Life and Make Your Future”, for employees’ children, aged 15 to 18 years old, which aimed to stimulate vocations and skills of the future. This year’s participants in the “Junior Club”, an initiative for enhancing leisure time, were the children of the employees of stores, warehouses and offices.

Through the Solidarity Logistics programme, several solidarity and social actions provided support to various employees in this area.

- 1,500 school textbooks shared in the School Textbooks Pool;
- 200 children participated in the Junior Club’s Summer activities in 11 cities in the country;
- More than 2,000 families benefitted from the Solidarity Bazaar, where they found many products at symbolic prices;
- Intervention in 14 homes, improving the living conditions of 14 families, through the programme “Colleague, we’ve renovated your home”;
- About 500 children participated in the “Our Professions’ Week” and “Our Children’s Week” activities;
- Offer of Christmas hampers, various gifts, competitions, pastimes and shows.

BENEFÍCIOS PARA AS ÁREAS SOCIAIS

BENEFITS FOR SOCIAL AREAS



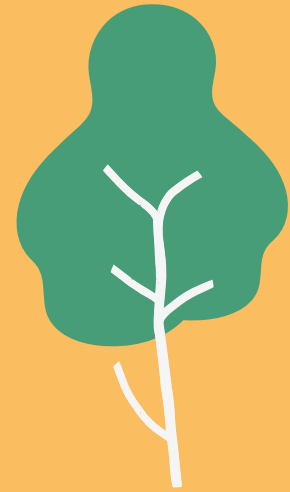
Com base nos princípios de reutilização de produtos alimentares excedentes, as áreas sociais das lojas e entrepostos colocam à disposição dos colaboradores diversos produtos para consumir durante o seu período de expediente.

Mais de 3,5 milhões de euros em produtos alimentares excedentes foram disponibilizados para as áreas sociais das lojas e entrepostos.



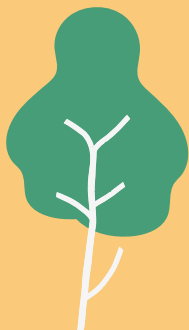
Based on the principles of reusing surplus food products, the social areas of the stores and warehouses made various products available to employees to consume during their working hours.

Over 3.5 million euros in surplus food products were made available in the social areas of stores and warehouses.



BOAS PRÁTICAS AMBIENTAIS

GOOD ENVIRONMENTAL
PRACTICES





A Sustentabilidade em toda a nossa cadeia de valor é consubstanciada, desde há anos, através de medidas e ações que vão sendo implementadas para uma mudança de comportamento.

A Estratégia de Sustentabilidade foi redefinida em 2018, tendo em conta 5 grandes eixos de atuação a longo prazo: Energia e Alterações Climáticas, Economia Circular, Sourcing Responsável, Oferta Responsável e Comunicação.

Este novo enquadramento reforça o compromisso de uma oferta responsável e informada em toda a cadeia de valor, contando com diversas medidas já colocadas em prática.

For years, Sustainability throughout our value chain has comprised measures and actions that are being implemented to change behaviour.

The Sustainability Strategy was redefined in 2018, taking into account 5 major long-term action areas: Energy and Climate Change, Circular Economy, Responsible Sourcing, Responsible Supply and Communication.

This new framework reinforces the commitment to responsible and informed supply throughout the value chain, relying on several measures already put into practice.

UTILIZAÇÃO RESPONSÁVEL DO PLÁSTICO

RESPONSIBLE USE OF PLASTIC

A utilização excessiva de plástico é uma das grandes ameaças que o meio ambiente enfrenta. Apesar de ser possível reciclar a grande maioria deste tipo de material, apenas 6% do material plástico processado é realmente reciclado no mercado europeu. Neste sentido, o Parlamento Europeu tem vindo a discutir a proibição de venda de plásticos de utilização única na União Europeia a partir de 2021. O Continente vai ao encontro das preocupações do Parlamento Europeu e dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU, ao criar medidas de sensibilização de comportamentos que começam dentro da sua estrutura, e que visam ajudar a resolver este desafio de toda a humanidade.

Excessive use of plastic is one of the major threats facing the environment. Although it is possible to recycle most of this type of material, only 6% of processed plastic material is actually recycled in the European market. Accordingly, the European Parliament has been discussing banning the sale of single-use plastics in the European Union from 2021. Continente is meeting the concerns of the European Parliament and the UN Sustainable Development Goals by creating awareness-building measures that begin within its structure, and are designed to help solve this challenge for all of mankind.

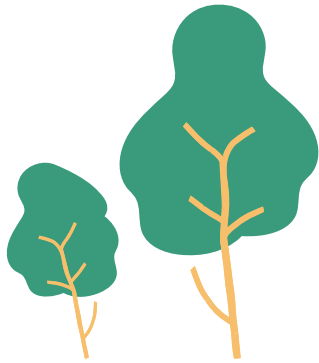
O QUE JÁ FIZEMOS

WHAT WE HAVE ALREADY DONE

Sabendo que a premissa “Agir localmente para impactar globalmente” se aplica ao quotidiano de todos, incentivamos os colaboradores a utilizar copos, canecas e chávenas reutilizáveis, com o objetivo de eliminarmos não só o desperdício com plásticos, mas também com copos de papel.

Knowing that the premise “Act Locally to Impact Globally” applies to everyone’s everyday life, we encourage employees to use reusable glasses, mugs and cups, to eliminate not only plastic waste but also paper cups.





Eliminação de quase 1 milhão de copos de água e café de plástico nos Escritórios

- 650 mil copos de café poupados anualmente
- 450 mil agitadores de café poupados anualmente
- 270 mil copos de água poupados anualmente

Incorporação de 80% de material reciclado nos sacos de compras

Os novos sacos de plástico são fabricados com 80% de material reciclado e 100% recicláveis. Os sacos reutilizáveis de rafia, também sempre disponíveis nas lojas, são outra opção amiga do ambiente.

1,295 ton de material virgem poupadas anualmente

Eliminação de material plástico nos Cotonetes

- Poupança anual de 21 ton de material plástico
- Cerca de 133 milhões de unidades evitadas

Eliminação de louça de plástico descartável das Cafetarias e Take-Away

- Poupança anual de 38 ton de material plástico
- Cerca de 14 milhões de unidades evitadas

Incorporação de 50% de material reciclado nas cuvetes das secções de Padaria e Pastelaria

- 230 ton de material virgem poupadas anualmente

Redução Média de 72% de material plástico nas embalagens de pilhas

- 6 ton de material virgem poupadas anualmente

Removal of nearly 1 million plastic water and coffee cups from Offices Savings:

- 650 thousand coffee cups/year
- 450 thousand coffee shakers/year
- 270 thousand water cups/year

Incorporation of 80% recycled material into carrier bags

The new plastic carrier bags are made from 80% recycled material and are 100% recyclable. Reusable raffia bags are also always available in stores as another environmentally friendly option.

1,295 tons of virgin material saved annually

Removal of plastic material from cotton buds

- Annual saving of 21 tons of plastic material
- The use of about 133 million units averted

Removal of plastic disposable cutlery, plates and cups from coffee shops and take away

- Annual saving of 38 tons of plastic material
- The use of about 14 million units averted

Incorporation of 50% of recycled material in the trays of the Bakery and Pastry sections

- 230 tons of virgin material saved annually

Average 72% Reduction of Plastic Material in battery packaging

- 6 tons of virgin material saved annually

RECOLHAS DE RESÍDUOS PARA RECICLAGEM

COLLECTING WASTE FOR RECYCLING

Um desempenho ambiental de excelência de uma organização passa também por incentivar comportamentos responsáveis que resultem em escolhas que promovam o desenvolvimento sustentável e o respeito pelos recursos naturais.

- 47,6 ton de óleo alimentar
- 27 ton de pilhas
- 25,6 ton de baterias automóveis
- 328 ton de roupa

Environmental performance excellence of an organisation also encourages responsible behaviour that results in choices that promote sustainable development and respect for natural resources.

- 47.6 tons of cooking oil
- 27 tons of batteries
- 25.6 tons of car batteries
- 328 tons of clothing

RECOLHA DE ROLHAS DE CORTIÇA

COLLECTING CORK STOPPERS

A parceria estabelecida entre a Quercus e a Missão Continente desde 2008, tem como objetivo a recolha de rolhas de cortiça para reciclagem, promover a cortiça e financiar a rearborização, através do projeto Floresta Comum da Quercus.

Com pontos de recolha em todas as lojas do país, o Continente é o maior parceiro na recolha, com mais de 80% dos totais recolhidos anualmente.

Durante o ano há um reforço pontual dado a esta iniciativa através da campanha de comunicação de recolha para estimular o envolvimento de escolas e IPSS, na perspetiva de promover o desenvolvimento sustentável e a preservação do ambiente.

The partnership established since 2008 between Quercus and Missão Continente aims to collect cork stoppers for recycling, promote cork, and finance reforestation, through the Quercus Common Forest project.

Continente, with collection points in all stores throughout the country, is the largest collection partner, accounting for more than 80% of the total amount collected annually.

During the year, there is timely reinforcement of this initiative through the collection communication campaign to stimulate the involvement of schools and private social welfare institutions, to promote sustainable development and conservation of the environment.



O resultado da recolha nas escolas, juntamente com as dos clientes nas lojas, reverte a favor da plantação de árvores autóctones.

Desde o início da parceria foram entregues nas lojas Continente mais de 340 toneladas de rolhas de cortiça que permitiram à Quercus distribuir mais de 870 mil árvores autóctones para iniciativas de reforestação.

Separar as rolhas em casa é dar oportunidade para que este material seja reciclado e reutilizado noutras aplicações, diminuindo assim a quantidade de resíduos e garantindo o armazenamento do CO2 na cortiça durante mais tempo. O destino das rolhas deixou, pois, de ser o Lixo indiferenciado e passou a ser um Rolhinhos ou o Balcão de Informação das lojas Continente.

Em 2018 foram recolhidas 24,5 ton de rolhas de cortiça nas lojas Continente.

The result of the collection in schools, together with those of customers in the stores, is used for the planting of native trees.

Since the beginning of the partnership, more than 340 tons of cork stoppers have been collected on mainland Portugal, which has allowed Quercus to distribute more than 870,000 native trees for reforestation initiatives.

Separating cork stoppers at home is an opportunity for this material to be recycled and reused in other applications, thereby reducing the amount of waste and ensuring that CO2 is retained in the cork for longer. Cork stoppers ceased to be disposed of in general waste and were instead disposed of in the “Rolhinhos” recycling bins or handed in at the Information Desk in Continente stores.

In 2018, 24.5 tons of cork stoppers were collected in Continente stores.

O NOSSO DESEMPENHO AMBIENTAL

OUR ENVIRONMENTAL PERFORMANCE

A sociedade está cada vez mais ativamente envolvida com as questões ambientais, assistindo-se a uma crescente mudança de hábitos e padrões de consumo. Neste sentido, torna-se essencial desempenhar não só um papel na sensibilização e mobilização para comportamentos mais conscientes e responsáveis, como também implementar um desempenho ambiental que contribua para o desenvolvimento sustentável.

57 certificações ambientais de acordo com a Norma ISO 14001

(51 Lojas, 5 Entrepósitos e Centro de Processamento de Carnes)

Produção de eletricidade a partir de fontes renováveis:
11,450 MWh
5,477 ton de emissões CO2 Evitadas

Redução de 3,0% do consumo de eletricidade nas Lojas e Entrepósitos Continente

(mesmo universo de instalações)

Redução de 2,3% do consumo de água nas Lojas

(mesmo universo de lojas)

Distinção “Marca de Confiança em Ambiente” pelo 9.º ano consecutivo

Society is increasingly actively involved with environmental issues, witnessing a growing change in consumption patterns and habits. In this sense, it is essential not only to play a role in raising awareness and mobilising for more conscious and responsible behaviour, but also to generate an environmental performance that contributes to sustainable development.

57 environmental certifications in accordance with ISO standard 14001

(51 Stores, 5 Warehouses and Meat Processing Centre)

Electricity generation from renewable sources:
11,450 MWh
5,477 tons of CO2 emissions avoided

3.0% reduction in the consumption of electricity in Continente stores and warehouses

(same universe of facilities)

2.3% reduction in the consumption of water in stores

(same universe of stores)

“Environmental Trust Mark” award for the 9th consecutive year

PRESENCAS

PARTICIPATIONS

Sustainable Retail Summit

A Sonae MC participou em 2018 no **Sustainable Retail Summit**, em Lisboa, organizado pelo “The Consumer Goods Forum”, onde abordou medidas a tomar pelo retalho no âmbito da saúde e bem-estar e adoção de estilos de vida mais saudáveis, além de ter promovido a partilha de experiências, no sentido de perceber de que forma se estão a impactar positivamente as comunidades com opções de consumo mais saudáveis.

The Future of Food

Em Bruxelas, a Sonae MC defendeu a necessidade de inovação no setor alimentar, lançando no Parlamento Europeu um “white paper”, “**The Future of Food**”, focando o papel que a União Europeia e os governos locais podem assumir no fomento da inovação e da cooperação no setor alimentar.

Associação Smart Waste

A Sonae MC, membro da Associação Smart Waste Portugal, é um dos casos mencionados no estudo “**Relevância e impacto do setor dos resíduos em Portugal na perspetiva de uma economia circular**”, que sublinha a aposta no combate ao desperdício alimentar e o valor que é possível criar através da transição para uma economia circular, a única forma de conciliar o desenvolvimento económico com a proteção dos recursos naturais e do meio ambiente.

A Sonae MC integrou o grupo de trabalho “**Plásticos na Economia Circular**”, organizado pela Smart Waste Portugal, que juntou entidades da indústria da produção e recicladores de plástico, entidades gestoras de embalagens e de resíduos, universidades e centros de investigação.

As discussões centraram-se na reutilização e valorização dos materiais plásticos e a incorporação de plásticos reciclados em novos produtos, como impulsionamento da Economia Circular.

Fórum do Retalho para a Sustentabilidade

Promovida pela APED, a primeira edição do **Fórum do Retalho para a Sustentabilidade** foi dedicada ao tema “Plástico”, com o objetivo de promover a colaboração intersectorial no sentido de promover uma economia mais circular. A Sonae MC foi um dos casos de sucesso abordados no que respeita a boas práticas sustentáveis na área do retalho.





Sustainable Retail Summit

In 2018 Sonae MC participated in the Sustainable Retail Summit, in Lisbon, organized by “The Consumer Goods Forum”. This summit addressed measures to be taken by the retail sector in the field of health and well-being and the adoption of healthier lifestyles, besides promoting the sharing of experiences in order to understand how healthier consumption options are helping and improving communities.

The Future of Food

In Brussels, Sonae MC defended the need for innovation in the food sector, launching a white paper, “The Future of Food”, in the European Parliament, focusing on the role that the European Union and local governments can play in fostering innovation and cooperation in the food sector.



Smart Waste Association

Sonae MC, a member of the Smart Waste Portugal Association, is one of the cases mentioned in the study “Relevance and impact of Portugal’s waste sector on the perspective of a circular economy”. It underlines the commitment to combat food waste and the value that can be created through the transition to a circular economy, as this is the only way to reconcile economic development with the protection of natural resources and the environment.

Sonae MC has joined the “Plastics in the Circular Economy” working group, organised by Smart Waste Portugal, which brought together entities from the plastic production and recycling industry, packaging and waste management entities, universities and research centres.

The discussions centred on the reuse and recovery of plastic materials and the incorporation of recycled plastics into new products, to give impetus to the Circular Economy.

Retail for the Sustainability Forum

The first edition of the Retail for the Sustainability Forum, organised by APED, was devoted to the theme of “Plastic”, with the objective of promoting intersectoral collaboration to promote a more circular economy. Sonae MC was one of the successful cases in terms of good sustainable practices in the retail sector.



PARCEIROS

PARTNERS

As iniciativas da Missão Continente contam com o apoio de um conjunto de entidades, que formam o Conselho Consultivo e contribuem para a identificação das principais necessidades da sociedade portuguesa, assim como para a definição e implementação das mesmas.

Este órgão é composto pelas seguintes entidades:

APED Associação Portuguesa de Empresas de Distribuição

APN Associação Portuguesa de Nutrição

APDH Associação Portuguesa para o Desenvolvimento Hospitalar

BACF Banco Alimentar Contra a Fome

CAP Confederação de Agricultores de Portugal

CNIS Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade

CVP Cruz Vermelha Portuguesa

Dariacordar Movimento Zero Desperdício

DGS Direção Geral da Saúde

Entrajuda Associação Para o Apoio a Instituições de Solidariedade Social

ENSP Escola Nacional de Saúde Pública

The 'Missão Continente' has the support of a series of entities, that make up the Advisory Board, which contribute towards identifying the main needs of the Portuguese society, helping to define and implement several initiatives.

This body is composed of the following entities:

FIPA Federação das Indústrias Portuguesas Agroalimentares

IAPMEI Agência para a Competitividade e Inovação

ICS Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa

ISA Instituto Superior de Agronomia

OE Ordem dos Enfermeiros

Quercus Associação Nacional de Conservação da Natureza

Refood 4 Good

Rutis Rede de Universidades Seniores

SPP Sociedade Portuguesa de Pediatria

UMP União das Misericórdias Portuguesas

USF-AN Unidades de Saúde Familiar - Associação Nacional

apoios institucionais

institutional support



OBRIGADO

THANK YOU

Relatório Missão Continente 2018

Autor | Modelo Continente Hipermercados, S.A.

Editor | FUEL

Impressão | Lídergraf - Portugal

Depósito Legal | 406130/16

Edição | Abril de 2019

Tiragem | 1.000 exemplares

Distribuído por | Modelo Continente Hipermercados, S.A.

Rua João Mendonça, n.º 505

4464-501 Senhora da Hora - Portugal

