

HOJE CONSTRUÍMOS O AMANHÃ

TODAY BUILDING TOMORROW



**PARA
GRANDES
CAUSAS,
GRANDES
MISSÕES**

**GREAT
CAUSES
CALL FOR
GREAT
ACTIONS**

ÍNDICE

CONTENTS

Mensagem do Presidente	06
A nossa Missão	08
• A Missão em números	10
• Os nossos compromissos	12
Iniciativas no âmbito da Sustentabilidade	
Promover a Alimentação e Estilo de Vida Saudáveis	13
• Programa Escola Missão Continente	14
• Hortas nas Escolas de Esposende	17
• Donativo Missão Continente 2019-2020 - Luta Contra a Obesidade Infantil	18
• Reduções de Açúcar, Sal e Gordura nos produtos de Marca Própria	20
Sensibilizar para o Consumo Consciente	23
• Economia Circular	24
• Redução do Desperdício Alimentar	26
• Clube de Produtores Continente	27
Apoiar a Comunidade	29
• Recolhas de bens	30
• Doação diária de excedentes	31
• Donativo Missão Continente 2018-2019	32
• Outros apoios	36
Cuidar da Comunidade Interna	37
• Programa Somos Sonae	38
• Movimento "Improving Our Life"	38
• Benefícios para as áreas sociais	42
• Assinatura de Protocolo com a Secretaria de Estado da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior	42
• Qualifica	44
Boas Práticas Ambientais	45
• Pacto Internacional do Plástico	46
• Compromisso Plástico Responsável	47
• Recolha de rolhas de cortiça	52
• O nosso desempenho ambiental	53
• Recolha de resíduos para reciclagem	54
Conferências	55
• Conferência Portugal Saudável	56
• II Grande Inquérito de Sustentabilidade em Portugal	58
Parceiros e Apoios Institucionais	61
• Parceiros e Apoios Institucionais	62

Chairman's message	06
Our Mission	08
· The 'Missão' in numbers	10
· Our commitments	12
Sustainability Initiatives	
Promote a Healthy Diet and Lifestyle	13
· Missão Continente School Programme	14
· Esposende School Gardens	17
· Missão Continente Donation 2019-2020 - Combating Child Obesity	18
· Sugar, Salt, and Fat reductions in Own Brand products	20
Raising Awareness for a Conscious Consumption	23
· Circular Economy	24
· Food Waste Reduction	26
· Continente Producers Club	27
Support the Community	29
· Collection of goods	30
· Daily donation of surpluses	31
· Missão Continente Donation 2018-2019	32
· Other support	36
Caring for the Internal Community	37
· Somos Sonae Programme	38
· "Improving Our Life" Movement	38
· Benefits for social areas	42
· Agreement with the Secretary of State for Science, Technology and Higher Education	42
· Qualifica	44
Good Environmental Practices	45
· International Plastic Pact	46
· Responsible Plastic Commitment	47
· Collecting cork stoppers	52
· Our environmental performance	53
· Collecting waste for recycling	54
Conferences	55
· Portugal Saudável Conference	56
· 2. nd Major Sustainability Survey in Portugal	58
Partners and Institutional Support	61
· Partners and Institutional Support	62

MENSAGEM DO PRESIDENTE

**"MISSÃO
CONTINENTE"
CHAIRMAN'S
MESSAGE**

A sustentabilidade é, na verdade, o Grande Compromisso da atualidade e é um caminho que temos vindo a trilhar desde há muito tempo.

Assumimos e reforçamos o nosso papel transformador, num esforço diário para deixar um impacto positivo na sociedade e proporcionar um ecossistema facilitador da mudança e promotor de melhores escolhas, rumo a um futuro mais sustentável.

Muitos foram os acontecimentos que materializaram esta visão ao longo de 2019. Fomos o primeiro retalhista português a assinar o Pacto Internacional do Plástico, assumindo um forte compromisso com o uso responsável deste material.

O reconhecimento do nosso firme alinhamento com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas ficou patente no convite que a ONU endereçou à Sonae para estar presente no *Climate Change Summit*, em Nova Iorque, o que nos permitiu reforçar, perante este organismo internacional e a sociedade em geral, o nosso contributo para um mundo melhor.

É nossa firme determinação persistir neste caminho. Sabemos que é um desafio diário e exigente, mas estamos conscientes da nossa responsabilidade e do papel que nos cabe. Por esta razão, a Missão Continente continua a desempenhar um papel insubstituível nestas temáticas, sendo parte ativa na sociedade, contando com a entrega e o envolvimento de todos os nossos colaboradores que, diariamente, dão o seu melhor para levar a bom porto as diferentes iniciativas e projetos que materializam a nossa missão.

A todos os *Stakeholders* o nosso agradecimento pelo apoio e suporte. Estaremos à altura do desafio! Continuaremos a criar valor económico, social e ambientalmente sustentável.

Sustainability is truly the Major Commitment nowadays and a path we have been following for a long time.

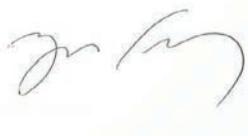
Our transforming role is assumed and reinforced every day to leave a positive impact on society and provide an ecosystem that facilitates change and promotes better choices, aiming to create a more sustainable future.

Numerous events have made this vision a reality throughout 2019. We were the first portuguese retailer to sign the International Plastics Pact, making a strong commitment to the responsible use of this material.

There was clear recognition of our firm alignment with the United Nations' Sustainable Development Goals as the UN invited Sonae to attend the Climate Change Summit in New York, allowing us to enhance our contribution towards a better world before this international body and society in general.

It is our firm determination to continue along this path. We are aware that this is a daily and demanding challenge, but we are conscious of our responsibility and our role. For this reason, Missão Continente continues to play an indispensable role in these areas, as an active participant in society, counting on the commitment and involvement of all our employees, who give their all on a daily basis to conduct the various initiatives and projects that make our mission a reality.

We extend our thanks to all the stakeholders for their support. We will rise to the challenge! We will continue to create economic, social and environmentally sustainable value.

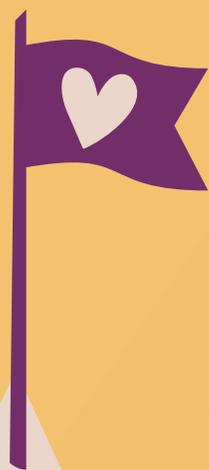


José Fortunato

Presidente da Missão Continente
Chairman of "Missão Continente"

A NOSSA MISSÃO

OUR MISSION



A Missão Continente tem estado na linha da frente de um vasto e complexo trabalho de sensibilização e mobilização dos portugueses para um consumo sustentável, uma alimentação e estilos de vida saudáveis, o combate ao desperdício alimentar, a participação ativa na comunidade e a promoção de boas práticas ambientais.

Uma visão e uma prática inovadoras e integradoras deram forma e suporte, durante o ano de 2019, a um considerável número de projetos fortemente focados nas causas sociais, humanitárias e ambientais, tendo sempre como primeira vocação o envolvimento das pessoas e o impacto social para o bem-estar presente e futuro das comunidades.

Conscientes do importante papel que, nesta matéria, temos a desempenhar junto da sociedade, na Missão Continente continuaremos a defender o trabalho conjunto pelos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas.

Missão Continente has been at the forefront of a vast and complex endeavour to raise awareness and mobilise the Portuguese people towards sustainable consumption, healthy eating and lifestyle, reducing food waste, active participation in the community and fostering good environmental practices.

During 2019, our innovative and inclusive vision and practices shaped and supported a considerable number of projects highly focused on social, humanitarian and environmental causes, their first priority always being to involve people and have a social impact to ensure the present and future well-being of communities.

Aware of the important social role that we have to play in this area, at Missão Continente we will continue to work together towards meeting the United Nations' Sustainable Development Goals.

A MISSÃO EM NÚMEROS

THE "MISSÃO" IN NUMBERS

1.013 Instituições de solidariedade social e de bem-estar animal apoiadas

8,5 M€ doados em excedentes alimentares e outros

292 iniciativas locais apoiadas num valor de mais de **260.000€**

Recolhas de bens:

Cruz Vermelha Portuguesa

angariou em alimentos o equivalente a **330.000** refeições

Banco Alimentar Contra a Fome

angariou **1.001 toneladas** de alimentos

Animalife angariou **745 toneladas**

de produtos para animais

Programa Escola Missão Continente:

332 escolas do 1.º Ciclo do Ensino Básico

31.003 alunos participantes

1.804 professores envolvidos

1,013 Social support and animal welfare institutions supported

€8.5 million donated in surplus food and others

292 local initiatives were supported with an amount over **€260,000**

Collection of goods:

Portuguese Red Cross collected the equivalent in food to **330,000** meals

Banco Alimentar Contra a Fome food bank collected **1,001 tonnes** of food

Animalife collected **745 tonnes** of animal products

Missão Continente School Programme:

332 Primary Schools enrolled

31,003 students participating

1,804 teachers involved



12 projetos apoiados com o Donativo Missão Continente no valor de **240.000€**

331 crianças envolvidas em atividades para filhos de colaboradores

343 colaboradores apoiados pelo **Programa Somos Sonae**

Recolha de Resíduos:

47,4 toneladas de óleo alimentar

24,8 toneladas de pilhas

37,8 toneladas de baterias automóveis

438 toneladas de roupa

28 toneladas de rolhas de cortiça

12 projects received donations from Missão Continente, totalling **€240,000**

331 children involved in activities for employees' children

343 employees supported by the **'Somos Sonae' Programme**

Collecting waste for recycling:

47.4 tonnes of cooking oil

24.8 tonnes of used batteries

37.8 tonnes of used car batteries

438 tonnes of used clothes

28 tonnes of used cork stoppers

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:

- Incentivar uma **alimentação e estilo de vida saudáveis** apostando, em simultâneo, na consciencialização para um **consumo sustentável e responsável**;
- Dinamizar, apoiar e capacitar **projetos de impacto social** capazes de desencadear verdadeiras transformações sociais e melhorar condições de vida de pessoas em contextos de maior vulnerabilidade;
- Promover a **redução do desperdício alimentar** ao longo de toda a cadeia de valor;
- Desenvolver e implementar medidas para um **uso mais responsável do plástico**;
- 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**.

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

- *Encourage a **healthy diet and lifestyle** while focusing on raising awareness about **sustainable and responsible consumption**;*
- *Stimulate and support **social impact projects** that can trigger real social transformations and improve the living conditions of those who are most vulnerable in society;*
- ***Reduce food waste** throughout the value chain;*
- *Develop and implement measures for a **more responsible use of plastic**;*
- *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**.*

PROMOVER A ALIMENTAÇÃO E ESTILO DE VIDA SAUDÁVEIS

01

PROMOTE A HEALTHY
DIET AND LIFESTYLE



PROMOVER A ALIMENTAÇÃO E ESTILO DE VIDA SAUDÁVEIS

PROMOTE A HEALTHY DIET AND LIFESTYLE

Está longe de terminar o longo caminho a percorrer no campo da sensibilização para a adoção de práticas de alimentação e estilo de vida saudáveis e consciencialização no consumo, temas estes que continuam a ser prioridade nas agendas governamentais nacionais e internacionais. Para a Missão Continente, esta continua também a ser uma prioridade incontornável, que é trabalhada diariamente através de múltiplas ações e iniciativas.

There is still some way to go on the long road towards raising awareness of healthy eating practices and lifestyles and conscious consumption, issues that remain a priority on national and international government agendas. For Missão Continente, this also continues to be an absolute priority, that we work towards on a daily basis through multiple actions and initiatives.

PROGRAMA ESCOLA MISSÃO CONTINENTE

MISSÃO CONTINENTE SCHOOL PROGRAMME



O Programa educativo Escola Missão Continente vai já na sua 4.^a edição e continua focado nos temas da alimentação saudável, consumo consciente, desperdício alimentar e o uso excessivo de plástico junto das escolas de 1.º Ciclo de Ensino Básico (Portugal Continental e Ilhas).

Esta iniciativa aposta numa abordagem transversal que envolve toda a comunidade educativa, desafiando as escolas aderentes, promovendo visitas de Embaixadores (colaboradores Sonae MC) às escolas para apresentar aulas temáticas e interativas, assim como visitas das escolas às lojas Continente. Em paralelo, os professores e alunos recebem materiais de apoio e são incentivados a participar em desafios relacionados com os temas para colocar em prática os conhecimentos adquiridos. As escolas vencedoras candidatam-se, assim, a vários prémios.

No ano letivo 2019-2020, a obesidade infantil e a reciclagem foram os temas eleitos nas atividades e desafios desenvolvidos.

The educational Missão Continente School programme for primary schools is already in its 4.th edition and continues to focus on healthy eating, conscious consumption, food waste and the excessive use of plastic (Mainland Portugal and Islands).

This initiative focuses on a cross-cutting approach that involves the entire educational community, challenging participating schools, promoting school visits by Ambassadors (Sonae MC employees) to present themed, interactive classes, as well as school visits to Continente stores. Similarly, teachers and students receive supporting materials and are encouraged to take part in challenges related to the themes in order to put the acquired knowledge into practice. The schools can therefore win a variety of prizes.

In the 2019-2020 school year, childhood obesity and recycling are the chosen themes in the conducted activities.



Edição 2018-2019

276 escolas aderentes

23.939 alunos

1.350 professores

200 visitas às escolas

112 visitas às lojas

243 colaboradores voluntários

Edição 2019-2020

332 escolas aderentes

31.003 alunos

1.804 professores

2018-2019 Edition

276 participating schools

23.939 students

1.350 teachers

200 visits to schools

112 visits to stores

243 volunteers

2019-2020 Edition

332 participating schools

31.003 students

1.804 teachers

Escolas Vencedoras da Edição 2018-2019

1.º Lugar Desafio Escola

Instituto Educativo do Juncal (Leiria)
3 turmas | 41 alunos | 3 professores
Professora Susana Vergílio

"Comecei por apresentar o tema às turmas. Realizámos pesquisas e juntos começámos por traçar um plano de trabalho a desenvolver. Integrámos o projeto em diversas disciplinas curriculares, tais como, Português, Artes, Cidadania Ativa e Estudo do Meio. Aproveitámos a nossa festa de final de período para alertar toda a comunidade para a realidade do plástico no nosso planeta e a importância da redução, reutilização, reciclagem e o seu consumo consciente. Inicialmente, nem estávamos a acreditar que tínhamos vencido. Ficámos muito contentes pelo reconhecimento do nosso trabalho. Aproveitámos para comprar jogos educativos e brinquedos para a sala de aula e para o recreio. A nossa escola ficou mais divertida e cuidamos destes materiais com muito carinho. As crianças passaram a interessar-se mais pelos temas explorados, referindo-se sempre ao programa Escola Missão Continente. Este programa tem temas pertinentes e muito atuais."

1.º Lugar Desafio Turma

EB 1 Lombo da Guiné (Funchal)
1 turma do 2.º ano | 20 alunos | 1 professor
Professor Arlindo Carvalho

"O nosso trabalho foi desenvolvido em interdisciplinaridade com as diferentes áreas curriculares: Português, Estudo do Meio, T.I.C, Expressão Musical, Expressão Físico Motora e Expressão Plástica. Desenvolvemos um projeto em equipa e contámos com a colaboração das famílias, pois queríamos consciencializar a nossa comunidade para os hábitos de vida saudáveis. Quando soubemos que tínhamos vencido sentimo-nos muito felizes, pois o nosso esforço, empenho e dedicação foram recompensados e utilizámos o nosso prémio para adquirir recursos e materiais que possibilitam o desenvolvimento de novos projetos e aulas mais motivadoras. Relativamente aos temas explorados pela Escola Missão Continente, atualmente as nossas crianças gostam de ajudar os pais nas compras e confirmar o semáforo nutricional, são mais cuidadosas com os desperdícios alimentares, gostam de sugerir atividades e lanches saudáveis. São crianças e famílias mais conscientes!"

Winning Schools 2018-2019 edition

First Place School Challenge

Instituto Educativo do Juncal (Leiria)
3 classes | 41 students | 3 teachers
Teacher Susana Vergílio

"I began by introducing the topic to the classes. We conducted research and together began to draw up a work plan. We integrated the project into several curricular subjects, such as Portuguese, Arts, Active Citizenship and Environmental Studies. We used our end of term party to alert the whole community to the reality of plastic on our planet and the importance of reduction, reuse, recycling and conscious consumption. At first, we couldn't even believe we had won. We were very pleased at the recognition of our work. We took the opportunity to buy educational games and toys for the classroom and playground. Our school has become more fun and we have taken good care of these materials. Children became more interested in the explored themes, always referring to the Missão Continente Schools programme. This programme has important and very current themes"

First Place Class Challenge

Lombo da Guiné Primary School (Funchal)
1 class (2.nd year) | 20 students | 1 teacher
Teacher Arlindo Carvalho

"Our approach was interdisciplinary involving different curricular areas: Portuguese, Environmental Studies, I.C.T, Musical Expression, Physical Motor Expression and Plastic Expression. We developed a team project in collaboration with the families, since we wanted to make our community aware of healthy living habits. When we heard that we had won we were very happy that our effort, commitment and dedication were rewarded, and we used our prize to purchase resources and materials that help us to develop new projects and more motivating classes. In terms of the themes explored by Missão Continente Schools, our children now like to help their parents with their shopping and check nutritional traffic lights, being more careful about food waste and enjoying suggesting healthy activities and snacks. They are more conscious children and families!"



HORTAS NAS ESCOLAS DE ESPOSENDE

ESPOSENDE SCHOOL GARDENS

No âmbito do programa Escola Missão Continente, a Missão Continente associou-se à Câmara Municipal de Esposende e à start-up Noocity para financiar e dotar as 23 escolas do 1.º ciclo do concelho com Growbeds: “mini” hortas autossustentáveis, de cultivo inteligente com sistema de sub-irrigação que permitem o cultivo de alimentos de forma mais eficiente.

O objetivo desta parceria é implementar em todas as escolas do concelho um programa de sustentabilidade alimentar, que permita trabalhar com os alunos, de forma didática e divertida, os temas da saúde, alimentação equilibrada, consumo, segurança e desperdício alimentar, quer em casa, quer nas cantinas escolares.

As part of the Missão Continente School programme, Missão Continente joined forces with Esposende City Council and the start-up Noocity to fund and donate Growbeds to 23 primary schools in the municipality. These are self-sustaining "mini" vegetable gardens that include intelligent cultivation with a sub-irrigation system that allows food to be grown more efficiently.

The aim of this partnership is to implement a food sustainability programme in all the municipality's schools, allowing educational and fun work to be conducted with students on the topics of health, balanced diet, consumption, safety and food waste, both at home and in school canteens.

DONATIVO MISSÃO CONTINENTE 2019–2020 NA LUTA CONTRA A OBESIDADE INFANTIL

MISSÃO CONTINENTE DONATION 2019–2020 IN THE FIGHT AGAINST CHILDHOOD OBESITY

Portugal continua a ser dos países europeus com níveis mais elevados de obesidade infantil: 29,6% das crianças têm excesso de peso e 12% são obesas, segundo os dados mais recentes do Instituto Nacional de Saúde (INSA)/Direção-Geral da Saúde (DGS), acompanhados pelo Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável.

A Missão Continente tem como um dos seus principais objetivos promover hábitos de alimentação saudáveis, e é no âmbito deste compromisso que pretende contribuir para o desafio nacional que é a prevenção da obesidade infantil através do Donativo Missão Continente que, nesta edição, para além de organizações do setor social é também dirigido às escolas.

“A eficácia no combate à Obesidade Infantil também passa pelo compromisso dos diferentes agentes do sistema agroalimentar. É por este motivo que nos associamos a esta iniciativa da Missão Continente, que irá promover e apoiar projetos que podem contribuir para a prevenção da Obesidade Infantil em Portugal”.

Helena Real, da Associação Portuguesa de Nutrição

A avaliação dos projetos é feita por um júri, composto por entidades especialistas no tema como o Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, da Direção-Geral da Saúde, a Direção-Geral da Educação, a Associação Portuguesa de Nutrição e a Federação Portuguesa de Futebol.

Portugal remains one of the European countries with the highest levels of child obesity: 29.6% of children are overweight and 12% are obese, according to the most recent data from the National Institute of Health (INSA)/Directorate General of Health (DGS), in conjunction with the National Programme for the Promotion of Healthy Eating.

One of Missão Continente's main objectives is to promote healthy eating habits, and as part of this commitment it intends to contribute to the national challenge of preventing childhood obesity through the Missão Continente Donation, which in this edition is directed at schools as well as social sector organisations.

"Fighting effectively childhood obesity also involves a commitment from the various stakeholders in the agri-food system. This is why we are participating in the Missão Continente's initiative, which will promote and support projects that may contribute towards the prevention of childhood obesity in Portugal".

Helena Real, Portuguese Nutrition Association

Projects are assessed by a panel composed of entities specialised in the subject, such as the National Programme for the Promotion of Healthy Food, the Directorate General of Health, the Directorate General of Education, the Portuguese Nutrition Association and the Portuguese Football Federation.





REDUÇÕES DE AÇÚCAR, SAL E GORDURA NOS PRODUTOS DE MARCA PRÓPRIA

SUGAR, SALT, AND FAT REDUCTION IN OWN BRAND PRODUCTS

Há mais de 10 anos, a criação do Semáforo Nutricional nos produtos de Marca Própria Continente abriu caminho a uma escolha mais transparente e informada dos nossos clientes. Continuamos hoje particularmente empenhados na meta de redução do consumo excessivo de sal, açúcares e gorduras, em conjunto com os nossos parceiros, sejam Fornecedores, Centros de Investigação, Universidades ou até os próprios Clientes, que são convidados a testar produtos antes do seu lançamento.

Adotar hábitos alimentares saudáveis e reorientar o sistema alimentar, a partir da disponibilização de alimentos mais equilibrados a preços acessíveis, é algo que continuamos a considerar urgente. O nosso empenho nesse sentido tem desencadeado consideráveis progressos no âmbito da Alimentação Saudável.

More than 10 years ago, the introduction of Nutritional Traffic Lights in Continente's Own Brand products opened the way to more transparent and informed choices among our customers. Today we remain especially committed to the goal of reducing the excessive consumption of salt, sugars and fats, together with our partners, whether they are suppliers, research centres, universities or even customers themselves, who are invited to test products before their launch.

Adopting healthy eating habits and reorienting the food system by providing more balanced foods at affordable prices is something we continue to consider a priority. Our commitment to this has led to considerable progress with respect to healthy eating.



Em 2019:

Melhoria da composição nutricional de mais de 60 artigos da marca Continente

Redução de 45 toneladas de sal em produtos como batatas fritas, polpas de tomate e sopas

Redução de 200 toneladas de açúcares em iogurtes líquidos e bolachas

Redução de 25 toneladas de gorduras em iogurtes gregos

In 2019:

Improvement of the nutritional composition of more than 60 Continente brand items

45-tonne salt reduction in products such as chips, tomato purée and soups

200-tonne sugar reduction in yoghurt drinks and biscuits

25-tonne fat reduction in Greek yoghurts



SENSIBILIZAR PARA O CONSUMO CONSCIENTE

02

**RAISING AWARENESS
FOR A CONSCIOUS
CONSUMPTION**



SENSIBILIZAR PARA O CONSUMO CONSCIENTE

RAISING AWARENESS FOR A CONSCIOUS CONSUMPTION

Cada escolha que fazemos, cada comportamento que temos enquanto consumidores, tem implícita uma dada consequência. Ao ter acesso a uma informação adequada e ao ter consciência dos efeitos que as nossas ações podem exercer sobre a sociedade ou o ambiente, temos a oportunidade de poder contribuir para uma sociedade de consumo mais ajustada e equilibrada. Desde há alguns anos, a Missão Continente tem vindo a cumprir a sua parte na sensibilização e informação, fomentando bons comportamentos e criando produtos inovadores menos impactantes no ambiente, entre múltiplas outras ações que têm desencadeado francas mudanças no universo da sociedade portuguesa.

Every choice we make and each behaviour we adopt as consumers has an inherent consequence. By having access to adequate information and being aware of the effects our actions can have on society and on the environment, we have the opportunity to contribute to a more attuned and balanced consumer society. For some years now, Missão Continente has been doing its part in raising awareness and disseminating information, encouraging positive behaviour and creating innovative products that have less impact on the environment, among many other actions that have led to considerable changes in Portuguese society.

ECONOMIA CIRCULAR CIRCULAR ECONOMY

A economia circular consiste no processo de transformar produtos em fim de vida, através da reutilização, recuperação ou reciclagem.

Bread Beer é o mais recente produto de economia circular da Missão Continente e recupera o pão que não é vendido em loja para fazer cerveja, a primeira a nível mundial a ser produzida com pão reaproveitado do retalho alimentar.

A Missão Continente aliou-se à marca portuguesa de cerveja artesanal Vadia para reaproveitar os cereais do pão e transformá-los numa cerveja com um sabor único. A cerveja reaproveita 70 quilos de pão por cada 1.000 litros de cerveja, o que significa que cada cerveja Bread Beer contém metade de um pão.

Depois dos deliciosos Panana – um pão feito a partir de excedentes de bananas – e da gama de compotas e chutneys feita com frutas e legumes, a Missão Continente continua a reforçar a sua estratégia de economia circular e sustentabilidade ao dar um novo propósito ao pão que não é vendido nem doado.

The circular economy is the process of transforming end-of-life products through reuse, recovery or recycling.

Bread Beer is Missão Continente's latest circular economy product and retrieves unsold bread in stores to make beer, the first in the world to be produced with reused bread from food retail.

Missão Continente has joined forces with the Portuguese craft beer brand Vadia to reuse the bread grains and transform them into a beer with a unique flavour. This beer reuses 70 kilos of bread for every 1,000 litres of beer, which means that each Bread Beer contains half a loaf of bread.

Following on from the delicious Panana – a bread made from surplus bananas – and the range of jams and chutneys made with fruit and vegetables, Missão Continente continues to reinforce its circular economy and sustainability strategy by finding a new purpose for bread that is neither sold nor donated.



BREAD BEER

Cerveja portuguesa feita com excedentes de pão.



Babyloop

A BabyLoop é uma plataforma online que nasceu da parceria entre o Continente, a Book in Loop, a SIBS (MBWAY) e a Carolina Patrocínio, para compra e venda de artigos de puericultura de grande dimensão, tendo como base o princípio de economia circular e que visa ajudar as famílias portuguesas, dando uma nova vida a equipamentos inutilizados.

O Continente esteve presente na formação deste projeto, participando desde o início na definição do modelo de negócio e dinamização do mesmo. Com o objetivo de também contribuir para a promoção da economia circular, surgindo não só como ponto de recolha de equipamentos em mais de 80 lojas Continente por todo o país, mas também como promotor da ideia.

Babyloop

BabyLoop is an online platform born from the partnership between Continente, Book in Loop, SIBS (MBWAY) and Carolina Patrocínio, for the purchase and sale of large childcare items, based on the circular economy principle and aimed at helping Portuguese families by giving new life to unused equipment.

Continente has played an active role in establishing this project, participating from the outset in defining and promoting the business model. With the aim of also contributing to the advancement of the circular economy, appearing not only as a collection point for equipment in more than 80 Continente stores throughout the country, but also as a promoter of the idea itself.

REDUÇÃO DO DESPERDÍCIO ALIMENTAR

FOOD WASTE REDUCTION

Bananas soltas é um dos artigos com maior percentagem de desperdício nas lojas e um dos principais motivos é o facto de os consumidores partirem os cachos e deixarem bananas soltas que, por esse motivo, se tornam menos apelativas à compra.

Num esforço de reverter esta situação e de sensibilizar para o combate ao desperdício alimentar, foi implementada a iniciativa “Single Banana”, que consiste em disponibilizar estas bananas soltas num único cesto, juntamente com uma placa comunicacional em todas as lojas Continente.

Em 2019, o desperdício destas bananas teve uma redução de 25% face ao ano anterior.

Bananas are one of the items with the highest waste percentage in shops and one of the main reasons is the fact that consumers break the bunches and leave loose bananas which then become less attractive to buy.

In an effort to reverse this situation and to raise awareness for the fight against food waste, the "Single Banana" initiative was implemented, which consists in making these loose bananas available in a single basket, together with a communication board in all Continente stores.

In 2019, the waste of these bananas was reduced by 25% compared to the previous year.





CLUBE DE PRODUTORES CONTINENTE

CONTINENTE PRODUCERS CLUB

O Clube de Produtores Continente é uma frente essencial de valorização da produção nacional e local, que atua de acordo com as boas práticas agrícolas e ambientais. Contribui para a progressiva melhoria das condições de trabalho e crescimento sustentado do negócio dos produtores associados e assegura elevados padrões de qualidade para os produtos que chegam a casa dos consumidores.

O Clube de Produtores Continente em 2019

Conta com 200 membros e realizou compras no valor de 162.367.476€.

Academia do Clube de Produtores Continente

Especialmente orientada para o reforço de conhecimentos e competências dos seus membros, a Academia do Clube de Produtores Continente assenta num programa de capacitação que visa tornar os produtores mais competitivos e vocacionados para uma oferta de produtos mais inovadores e diferenciadores, capazes de satisfazer e surpreender os clientes Continente. Na 3.^a edição, foram realizadas diversas sessões formativas, sendo que cada participante apresentou um projeto de inovação, materializado num novo produto ou conceito capaz de responder às tendências de mercado. Participaram nesta iniciativa 24 produtores nacionais – **entre os quais 10 mulheres** de todas as áreas do agroalimentar.

The Continente Producers Club is a crucial forum for promoting national and local production, acting in accordance with good agricultural and environmental practices. It helps to progressively improve working conditions and sustained business growth for the associated producers and ensures high quality standards for the products that make their way into consumers' homes.

The Continente Producers Club in 2019

Boasts 200 members and made purchases worth €162,367,476.

Continente Producers Club Academy

*Epecially oriented to strengthen the knowledge and skills of its members, the Continente Producers Club Academy is rooted in a training programme aimed at making producers more competitive and offering more innovative and distinctive products that can satisfy and amaze Continente customers. In the 3.rd edition, several training sessions were held, with each participant presenting an innovation project, embodied in a new product or concept that is capable of responding to market trends. A total of 24 national producers took part in this initiative – **including 10 women** from all areas of the agri-food industry.*

Revisão do Protocolo do Clube de Produtores Continente

No âmbito de uma parceria com o Instituto Superior Técnico, o Clube de Produtores Continente integrou o projeto *Food and Biodiversity – Projeto Life*, cujo objetivo é incorporar indicadores de biodiversidade em certificações, marcas e selos do setor agroalimentar.

A revisão do Protocolo relativa ao sistema de reconhecimento dos membros do Clube de Produtores Continente teve como objetivo a sua otimização e utilização de referenciais agroalimentares mais exigentes, contemplando sobretudo indicadores de qualidade e segurança alimentar, ambientais, de responsabilidade social e de bem-estar animal.

Assinatura do Protocolo ECOXT – Associação Zero

O Clube de Produtores Continente e a ZERO – Associação Sistema Terrestre Sustentável assinaram o Protocolo EcoXT – visa a promoção do consumo sustentável de carne produzida pelos membros do Clube – que deve assentar em sistemas de produção com critérios de sustentabilidade e eficiência no uso de recursos. Pretende-se, assim, fomentar a transparência da origem, a qualidade da carne e a preservação das raças autóctones criadas em regime extensivo. Esta parceria preconiza também o 12.º Objetivo de Desenvolvimento Sustentável da Organização das Nações Unidas: Garantir uma Produção e Consumo Sustentáveis.

Aposta na Produção Nacional de Cereais

Em 2019, o Clube de Produtores Continente renovou a garantia de que toda a farinha de trigo utilizada nas padarias dos hipermercados Continente para a produção de diversos pães seja de origem alentejana, através da renovação do contrato de fornecimento de **4.000 toneladas de trigo** junto de **6 organizações de produtores**, significando que as compras da Sonae MC representam **80% do total do trigo produzido em Portugal** sob a marca “Cereais do Alentejo”.

Review of the Continente Producers Club Protocol

As part of a partnership with the Instituto Superior Técnico, the Continente Producers Club has joined the Food and Biodiversity – Life Project, which aims to incorporate biodiversity indicators into certifications, brands and labels in the agri-food sector.

The review of the protocol concerning the recognition system for Club members aimed to optimise it and use more stringent agri-food standards, above all taking into account food quality and safety, environmental, social responsibility and animal welfare indicators.

Signature of the ECOXT Protocol – Zero Association

The Continente Producers Club and ZERO – Sustainable Land System Association, have signed an EcoXT protocol aimed at promoting the sustainable consumption of meat produced by Club members, which must be underpinned by production systems with sustainability and efficiency criteria for the use of resources. The aim is to promote transparency of origin, meat quality and the preservation of indigenous breeds reared using extensive methods. This partnership also advocates the 12th United Nations Sustainable Development Objective: to Ensure Sustainable Production and Consumption.

Commitment to Domestic Grain Production

*In 2019, the Continente Producers Club reiterated its guarantee that all the wheat flour used in Continente hypermarket bakeries for the production of various breads is of Alentejo origin, renewing the contract for the supply of **4,000 tonnes** of wheat from **6 producers' organisations**, meaning that Sonae MC purchases represent **80% of the total wheat produced in Portugal** under the "Cereais do Alentejo" brand.*



APOIAR A COMUNIDADE

03

**SUPPORT
THE COMMUNITY**



APOIAR A COMUNIDADE

SUPPORT THE COMMUNITY

Sempre que uma vida é transformada pela positiva, quando uma iniciativa desencadeia algum impacto de melhoria social, individual ou coletiva, a Missão Continente vê cumprido mais um objetivo e ganha ainda mais força e motivação para dar continuidade ao seu trabalho. Através do seu apoio, são vários os projetos que continuam a reforçar a cidadania solidária e a inclusão social.

Whenever a life is changed for the better, when an initiative makes an impact on social, individual or collective betterment, Missão Continente witnesses one more goal fulfilled and becomes even stronger and more motivated to continue its work. Through its support, there are several projects that continue to strengthen solidarity citizenship and social inclusion.

RECOLHAS DE BENS COLLECTION OF GOODS

Abraçar causas sociais faz parte do ADN da Missão Continente. Mantendo-se ativa na promoção e apoio às campanhas de angariação de bens essenciais levadas a cabo por instituições de solidariedade social, quer de âmbito local ou nacional, além da disponibilização do espaço físico em loja, a Missão Continente também contribui com o seu apoio logístico e de comunicação, amplificando assim o sucesso dos resultados das instituições:

**Cruz Vermelha Portuguesa – angariou
o equivalente a 330.000 refeições**

**Banco Alimentar Contra a Fome – angariou
1.001 toneladas de alimentos**

**Animalife – angariou 745 toneladas
de alimentos para animais**

**Outras recolhas locais – um total de 32 ações
implementadas**

Embracing social causes is part of Missão Continente's DNA. By remaining active in the promotion and support of essential goods collections for charity campaigns, whether local or national, in addition to making physical space available in-store, Missão Continente also contributes with logistical and communication support, thus enhancing the success of these charities' results:

**Portuguese Red Cross – the equivalent
of 330,000 meals collected**

**Food Bank Against Hunger – 1,001 tonnes
of food collected**

**Animalife – 745 tonnes of animal feed
collected**

**Other local collections – a total of 32 actions
implemented**

DOAÇÃO DIÁRIA DE EXCEDENTES

DAILY DONATION OF SURPLUSES

Centenas de instituições de solidariedade social e associações de bem-estar animal continuam a ser apoiadas diariamente pelas lojas Continente, através da doação de produtos alimentares excedentes. Estes, não podendo ser integrados nas vendas pelos mais diversos motivos, encontram-se, porém, em boas condições de consumo. Esta é uma das mais eficientes formas de combate ao desperdício, dando apoio a quem mais precisa.

Em 2019 foram apoiadas 1.013 instituições com excedentes alimentares das lojas Continente no valor de 8,5 milhões de euros.

685 instituições de solidariedade social apoiadas com excedentes no valor de 6,6 milhões de euros.

328 associações de bem-estar animal apoiadas com excedentes no valor de 1,9 milhões de euros.

Hundreds of Social Solidarity Institutions and Animal Support Associations continue to be supported by Continente stores through the donation of surplus food products which cannot be sold for various reasons but are nevertheless perfectly edible. This is one of the most efficient ways of combating waste, providing support to those who need it most.

In 2019, 1,013 institutions were supported with food surpluses from Continente stores totalling 8.5 million euros.

685 charities supported with surpluses totalling 6.6 million euros.

328 animal welfare associations supported with surpluses totalling 1.9 million euros



DONATIVO MISSÃO CONTINENTE 2018–2019

MISSÃO CONTINENTE DONATION 2018–2019

Alinhada com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas, a Missão Continente mantém o seu apoio a iniciativas transformadoras e com impacto social, de diferentes associações do setor social em Portugal.

Na edição de 2018-2019, o Donativo Missão Continente voltou a apoiar e capacitar projetos nas áreas da alimentação saudável, do combate ao desperdício alimentar e da inclusão social. A angariação de fundos, através da comercialização de produtos solidários durante a época de Natal apurou na edição de 2018-2019 um total de 240.000 euros.

Este valor foi distribuído por 12 instituições vencedoras de todo o país, selecionadas por um júri composto pela Escola Nacional de Saúde Pública da Universidade Nova de Lisboa, a Associação Portuguesa para o Desenvolvimento Hospitalar, a Direção Geral da Saúde, o Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, a Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa e o GRACE – Grupo de Reflexão e Apoio à Cidadania Empresarial.

Após a entrega do donativo, é posto em ação o plano de acompanhamento da Missão Continente que visa apoiar as entidades na implementação e avaliação dos seus projetos, através de *workshops* de capacitação, visitas às instituições, acompanhamento e apoio técnico contínuo, com o objetivo de contribuir para o sucesso e impacto do projeto.

In line with the United Nations' Sustainable Development Goals, Missão Continente maintains its support for change initiatives that have a social impact, conducted by various social sector organisations in Portugal.

In the 2018-2019 edition, the Missão Continente Donation once again supported and empowered projects in the areas of healthy eating, food waste, and social inclusion.

In the 2018-2019 edition, fund raising through the sale of solidarity products during the Christmas season amassed a total of 240,000 euros.

This sum was distributed among 12 winning organisations from all over the country, selected by a panel composed of Nova University Lisbon's National School of Public Health, the Portuguese Hospital Development Association, the General Directorate of Health, the National Programme for the Promotion of Healthy Eating, Nova University Lisbon's Faculty of Social and Human Sciences and the Corporate Citizenship Reflection and Support Group (GRACE).

After the donation is handed over, Missão Continente's monitoring plan is put into action to support the entities in implementing and evaluating their projects, through training workshops, visits to the institutions, and continuous supervision and technical support, with the aim of contributing to the success and impact of the project.

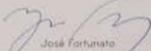


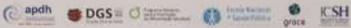
 **MISSÃO CONTINENTE**

DIPLOMA

Certifica-se que foi doado à

ARCIL - Associação para a Recuperação de Cidadãos Inadaptados da Lousã
o valor de 25.500€ para implementação do Projeto
"Coisas da Terra"


José Fortunato
Presidente da Missão Continente



Projetos Vencedores 2018-2019 *Winning Projects 2018-2019*

Associação para a Recuperação de Cidadãos Inadaptados da Lousã, ARCIL Coisas da Terra	25.500€
Centro Paroquial de Cunha Baixa Sementinhas na horta	20.000€
Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação de Vale de Cambra Cozinhar Autonomia	17.000€
Centro Social Paroquial São Sebastião de Setúbal Cozinha do Bairro	18.000€
Santa Casa da Misericórdia de Alijó Falar de Nutrição = Escola + Família	14.250€
Associação de Pais e Amigos do Diminuído Intelectual – APADI Alimentação Sã (Segura e Autónoma)	25.000€
Associação r.INSERIR – Oficinas para todos e para cada um IN_Cooking	26.500€
Centro Social e Cultural S. Pedro de Bairro DOTAR - Dar Oportunidades de Transformar Aprendizagens em Realidades	18.000€
Fundação Irene Rolo – Tavira Sabores com afeto	23.500€
GAF – Gabinete Social de Atendimento à Família Saberes e Sabores	15.250€
CRESCER – Associação de Intervenção Comunitária MARHABA, o Médio Oriente à Mesa	21.000€
Associação de Familiares, Utentes e Amigos do Hospital Magalhães Lemos (AFUA-HML) Sábio Sabor	16.000€
TOTAL	240.000€



"O Continente tem sido um verdadeiro parceiro desde há vários anos, quer pela doação de excedentes, quer pelas recolhas alimentares efetuadas. Este ano fomos contemplados com a feliz notícia da aprovação do nosso projeto "Cozinhar Autonomia". O entusiasmo foi partilhado por todos, desde a direção, aos colaboradores e até aos jovens para quem somos uma casa. O apoio à remodelação da cozinha, há muito necessitada, permitiu uma nova dinâmica institucional com foco na promoção de autonomia dos jovens acolhidos. Obrigada Missão Continente por ser um apoio fundamental e um exemplo notável de solidariedade empresarial a seguir!"
Carla Antunes, Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação de Vale de Cambra

"A Missão Continente acreditou no IN_Cooking, acreditou na arte da culinária como ferramenta terapêutica que, ao ser mobilizada, potencia uma efetiva inclusão social da pessoa com doença mental. O IN_Cooking potencia a recuperação e a capacitação dos participantes e faz acreditar na esperança do amanhã, em que é possível ter uma doença mental e estar ativo e integrado na sociedade."
Marta Bacelar, Associação r.INSERIR, Santarém

"Continente has been a true partner for many years, in terms of both surplus donations and food collections. This year we were greeted with the welcome news that our project "Cozinhar Autonomia" was approved. The enthusiasm was shared by all, from management, to employees and even to the young people who call us home. The support in remodelling the kitchen, long overdue, has created a new institutional dynamic with a focus on promoting autonomy for the young people we receive. Thank you Missão Continente for being a crucial support and an outstanding example of business solidarity!"
Carla Antunes, Portuguese Red Cross – Vale de Cambra Delegation

"Missão Continente believed in IN_Cooking and believed in the art of cooking as a therapeutic tool that can improve effective social inclusion for people with mental illness. IN_Cooking promotes the recovery and empowerment of its participants and offers them hope for a future in which one can have a mental illness and still be an active and integrated member of society".
Marta Bacelar, Associação r.INSERIR, Santarém

OUTROS APOIOS

OTHER SUPPORT

Numa ótica de aproximação e ser parte ativa na comunidade, a Missão Continente apoia também outros projetos e iniciativas locais por todo o país.

**292 instituições locais apoiadas
no valor de 263.859€**

"A Missão Continente foi absolutamente essencial no nosso ano de 2019! Através de uma fantástica campanha de angariação de bens, conseguimos angariar bens essenciais que nos permitiram apoiar de uma forma muito completa e continuada as muitas famílias que acompanhamos.

É, com certeza, um parceiro muito importante que nos ajuda a ter um verdadeiro impacto direto e positivo na qualidade da vida das famílias apoiadas pelo Banco do Bebê! Agradecemos por isso à Missão Continente, que nos ajuda a fazer a verdadeira diferença na vida das famílias! Um enorme OBRIGADA!!"

Assunção Infante da Câmara – Presidente do Banco do Bebê

"O apoio da Missão Continente à Regata Internacional de Gondomar é fundamental para a criação de condições materiais e humanas, permitindo a promoção de remo adaptado para pessoas portadoras de deficiência motora ou intelectual. Trata-se do maior evento de remo em Portugal, sem barreiras e com verdadeira inclusão social. O nosso Muito Obrigado!"

Paulo Almeida – Presidente do Clube Naval Infante D. Henrique e Diretor da Regata

"Quando estou a remar na água, sinto-me livre, sem barreiras, igual aos outros."

Hugo Moreira – Remador tetraplégico

From a perspective of proximity and being an active part of the community, Missão Continente also supports other local projects and initiatives throughout the country.

**292 local institutions supported in the amount
of €263,859**

"Missão Continente was absolutely vital to us in 2019! Through a fantastic campaign to collect goods, we were able to gather essential supplies that allowed us to provide full ongoing support to the many families that we assist.

It is certainly an extremely important partner that helps us to have a real direct and positive impact on the quality of life of the families supported by Banco do Bebê!

We are grateful to Missão Continente, which helps us to make a real difference in the lives of families! A huge THANK YOU!

Assunção Infante da Câmara – Chair of Banco do Bebê

"Missão Continente's support for the Gondomar International Regatta is crucial for creating material and human conditions that allow the promotion of rowing adapted for people with motor or intellectual disabilities. It is the biggest rowing event in Portugal, without barriers and with genuine social inclusion. Thank you very much!"

Paulo Almeida – Chairman of the Infante D. Henrique Naval Club and Director of the Regatta

"When I'm rowing in the water, I feel free, without barriers, the same as everyone else."

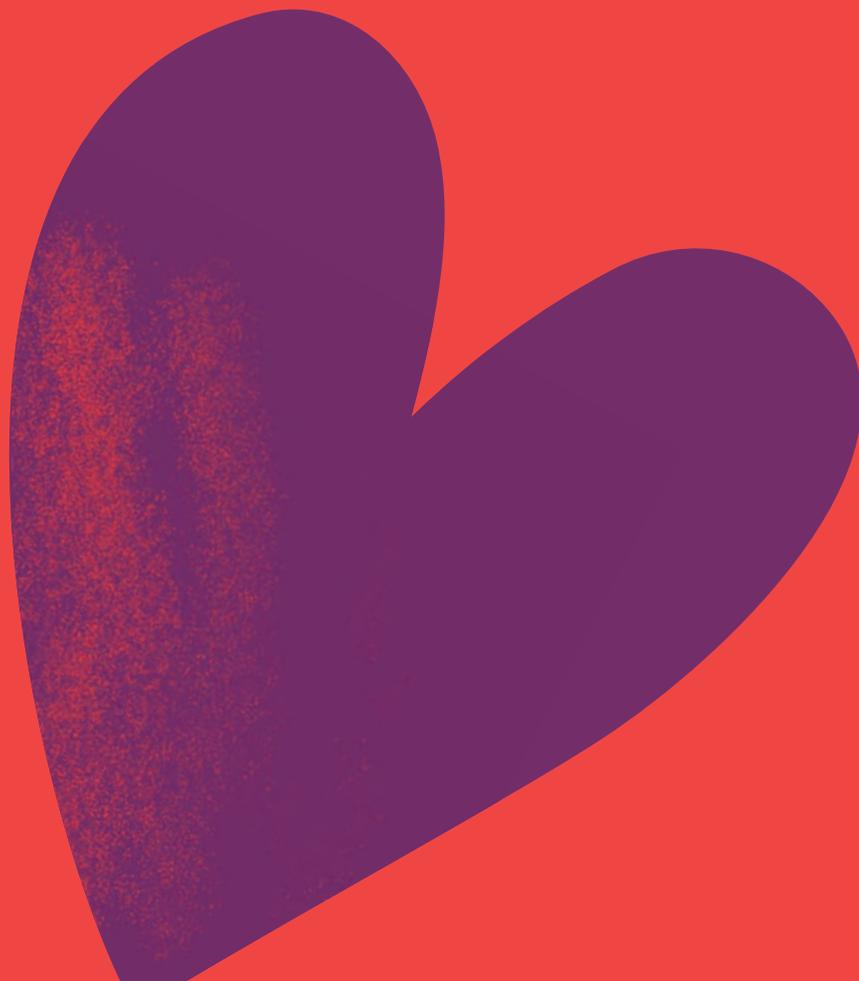
Hugo Moreira – Tetraplegic rower



CUIDAR DA COMUNIDADE INTERNA

04

**CARING FOR
THE INTERNAL
COMMUNITY**



CUIDAR DA COMUNIDADE INTERNA

CARING FOR THE INTERNAL COMMUNITY

Num universo tão amplo de colaboradores há uma procura contínua em criar oportunidades de progressão, valorização e integração profissional, incentivando a sua satisfação, sentido de união e de pertença. No universo de cada colaborador há também uma família, uma vida pessoal, anseios e necessidades concretas. São estas as premissas que dão origem às várias iniciativas dedicadas à nossa comunidade interna.

With such a vast array of employees, there is a continuous quest to create opportunities for professional progression, development and integration, encouraging satisfaction, togetherness and belonging. In each employee's world there is also a family, a personal life, and specific desires and needs. These are the premises that give rise to the various initiatives dedicated to our internal community.

PROGRAMA SOMOS SONAE SOMOS SONAE PROGRAMME

O Programa Somos Sonae continua a dar apoio à recuperação de situações de dificuldade económica e/ou social, em áreas como a gestão da economia familiar, apoio económico e jurídico, entre outros. O programa tem o intuito de ajudar a reestruturar e capacitar a autonomia dos nossos colaboradores que se encontram em situações mais vulneráveis.

Ao longo de 2019 foram apoiadas por este programa, em parceria com a Cruz Vermelha Portuguesa, 343 pessoas, entre colaboradores e seus familiares diretos.

The Somos Sonae [We Are Sonae] Programme continues to support recovery from situations of economic and/or social hardship, in areas such as family budget management, economic and legal support, among others. The programme aims to help restructure and build individual autonomy among our employees who are in more vulnerable situations.

Throughout 2019, 343 people among employees and their direct relatives were supported by this programme, in partnership with the Portuguese Red Cross.

MOVIMENTO "IMPROVING OUR LIFE" "IMPROVING OUR LIFE" MOVEMENT

Continuando a preservar a valorização e o bem-estar dos mais de 34.000 colaboradores da Sonae MC, em 2019 o movimento "Improving Our Life" foi mais além das já clássicas atividades.

Estes são alguns dos projetos dirigidos às famílias:

Mais de 2.000 famílias de colaboradores apoiadas pelo Bazar Solidário onde são disponibilizados produtos alimentares e não alimentares, adquiridos a preços simbólicos.

Continuing to safeguard the well-being of more than 34,000 Sonae MC employees, in 2019 the "Improving Our Life" movement went beyond its classic activities.

The following are some of the projects aimed at families:

More than 2,000 families of employees supported by the Solidarity Bazaar, where products from both food and non-food areas are made available for purchase at nominal prices.



Mais de 1.000 colaboradores receberam o Kit Bebê com uma seleção de produtos essenciais.

Mais de 36.000 cabazes compostos por alguns dos melhores produtos alimentares Continente, bem como bilhetes para espetáculos de Natal oferecidos aos colaboradores.

Mais de 650 kits de material escolar entregues aos colaboradores da Logística.

176 filhos de colaboradores participaram no "Clube Júnior", um campo de férias diário nos meses de verão.

77 crianças participaram no "Campo de Férias" uma semana de férias com estadia e atividades lúdico-pedagógicas.

50 jovens participaram no "Geek Tour" uma mini-tour nacional de formação em jogos 2D.

28 jovens participaram no "Programa a tua vida e realiza o teu futuro", atividade de exploração vocacional e descoberta de talentos que, reunindo iniciativas de comunicação, empreendedorismo e programação, permite aos filhos dos colaboradores conhecer opções de desenvolvimento pessoal e profissional adequadas à sua personalidade e competências.

More than 1,000 employees received the Baby Kit comprising a selection of essential products.

More than 36,000 hampers containing some of the best Continente food products, as well as tickets for Christmas shows offered to employees.

More than 650 school supply kits given to Logistics employees.

176 children of employees participated in the "Junior Club", a daily holiday camp during the summer months.

77 children participated in the "Holiday Camp", a holiday week with accommodation and educational activities.

50 young people participated in the "Geek Tour", a national mini tour of training in 2D games.

28 young people participated in "Programme your life and realise your future", an activity involving vocational exploration and talent discovery which, bringing together communication, entrepreneurship and programming initiatives, allows employees' children to discover personal and professional development options suited to their personality and skills.



Programa "Flex it Up"

O Programa Flex it Up foi lançado em março de 2019 com o objetivo de contribuir de forma ativa para a promoção da *work-life integration* dos colaboradores da Sonae MC e, conseqüentemente, para o seu bem-estar e realização profissional e pessoal. Em 2019, 43% da população elegível aderiu ao Flex it Up, totalizando mais de 1.400 pedidos de acesso a 5 diferentes iniciativas:

Trabalho remoto, dando a possibilidade aos colaboradores de trabalhar a partir de casa até 4 dias por mês.

Flexiwork, permitindo a escolha de hora de início, interrupção e termo da jornada de trabalho.

Redução de horário de trabalho, que possibilita uma redução de horário com redução proporcional do vencimento.

Licença sem vencimento, potenciando o usufruto de licenças sem vencimento num âmbito mais abrangente do que o legalmente definido.

Dias extra, tendo os colaboradores acesso a até 5 dias *off* extra, não remunerados.

"Flex it Up" Programme

The Flex it Up Programme was launched in March 2019, with the aim of actively contributing to the promotion of *work-life integration* among Sonae MC employees and, consequently, to their well-being and professional and personal fulfilment. In 2019, 43% of the eligible workforce joined Flex it Up, totalling more than 1,400 requests for access to 5 different initiatives.

Remote working, allowing employees to work from home for up to 4 days a month.

Flexiwork, allowing the choice of workday start, break and finish times.

Reduced working hours, which enables a reduction in working hours with a proportional reduction in salary.

Unpaid leave, allowing unpaid leave to be enjoyed in a broader way than that legally defined.

Extra days, with employees having access to up to 5 extra days off, unpaid.

Workplace

Fruto do esforço que tem vindo a ser realizado para tornar os locais de trabalho mais próximos das pessoas, imbuídos da cultura própria da empresa, mais criativos, modernos e com uma destacada associação ao retalho, em 2019 foram feitas remodelações nos diferentes espaços dos escritórios das estruturas centrais, como Carnaxide, Matosinhos e Tech Hub na Maia.

O projeto utilizou uma linguagem comum e próxima para aumentar o sentido de pertença e orgulho e teve como linhas orientadoras a proximidade ao negócio, iniciativa e proatividade, assim como a colaboração. Foram disponibilizados novos espaços como os *lounges*, um laboratório sensorial, auditórios e espaços com propostas de alimentação variadas e saudáveis.

Workplace

As a result of the effort that has been made to make workplaces more people-friendly, imbued with the company's own culture, more creative, modern and with a prominent retail association, in 2019 renovations were made to the various central office spaces, such as Carnaxide, Matosinhos and the Tech Hub in Maia.

The project used a common and intimate language to increase the sense of belonging and pride and was guided by proximity to the business, initiative and proactivity, as well as collaboration. New spaces such as lounges, a sensory laboratory, auditoriums and areas with varied and healthy food offerings were made available.



BENEFÍCIOS PARA AS ÁREAS SOCIAIS

BENEFITS FOR SOCIAL AREAS

No combate ao desperdício alimentar, todos os dias as áreas sociais das lojas e entrepostos disponibilizam produtos alimentares excedentes aos seus colaboradores. Estes produtos podem ser consumidos durante o seu horário de trabalho, permitindo, por um lado, que poupem na sua alimentação e, por outro, que sejam evitados desperdícios de alimentos em boas condições de consumo.

Em 2019, as áreas sociais das lojas e entrepostos tiveram à sua disposição produtos alimentares excedentes para consumo próprio, que ascenderam a 3,8 milhões de euros.

In the fight against food waste, the social areas of the stores and warehouses make surplus food available to their employees. These products can be consumed during their working hours, allowing them on the one hand to save on their food and, on the other, to avoid wasting food that is still in a good condition.

In 2019, the social areas of stores and warehouses had surplus food products available for their own consumption, to the value of 3.8 million euros.

ASSINATURA DE PROTOCOLO COM A SECRETARIA DE ESTADO DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA E ENSINO SUPERIOR

AGREEMENT WITH THE SECRETARY OF STATE FOR SCIENCE, TECHNOLOGY AND HIGHER EDUCATION

A Missão Continente aceitou o desafio do Ministério da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior e, em conjunto com o Conselho Coordenador dos Institutos Superiores Politécnicos (CCISP) e a Direção-Geral de Ensino Superior (DGES), criou uma campanha de informação e sensibilização para promover o ingresso no Ensino Superior.

De acordo com dados do Conselho Nacional de Educação, o número de candidatos ao Ensino Superior é oscilante e sobretudo descendente nos últimos anos, o que faz com que em Portugal se viva uma falta de recursos humanos qualificados em determinadas áreas, também muito agravada pela emigração dos últimos anos.

Missão Continente accepted the challenge from the Ministry of Science, Technology and Higher Education and, together with the Coordinating Council of Higher Polytechnic Institutes (CCISP) and the Directorate-General for Higher Education (DGES), created an information and awareness campaign to promote entry into higher education.

According to data from the National Education Council, the number of candidates for higher education is fluctuating and has mainly fallen in recent years, which has led to a lack of qualified human resources in certain areas in Portugal, something that has also been greatly aggravated by emigration in recent years.

E é pela importância do Ensino Superior na vida dos jovens e das famílias, e pelo impacto real da qualificação superior nas empresas e territórios, que a Sonae MC quis contribuir para a resposta a este problema, aproveitando a sua rede de lojas e a relação de proximidade privilegiada com as comunidades. Não só para incentivar a adesão ao Ensino Superior, mas também para promover uma oferta formativa diversificada e ajustada às diferentes realidades do mercado de trabalho, apresentando as vantagens da formação superior.

And it is because of the importance of higher education in the lives of young people and families, and the real impact of higher qualifications on businesses and regions, that Sonae MC wanted to contribute towards the response to this problem, taking advantage of its network of stores and its privileged close relationship with communities. Not only to encourage take-up of higher education, but also to promote a diversified training offer tailored to the different realities of the job market, presenting the advantages of higher education.





QUALIFICA QUALIFICA

A Sonae MC está empenhada na valorização e formação dos seus recursos humanos, tendo investido na criação de um Centro Qualifica pioneiro, com vista a qualificar escolar e profissionalmente dentro da empresa, através da promoção da educação e o reconhecimento de competências, estando a contribuir para melhorar e aumentar o nível de escolaridade dos colaboradores.

O Centro Qualifica Sonae MC contou em 2019 com 1.400 inscritos, mais de 30% acima da média nacional, dos quais 277 já beneficiaram das suas qualificações certificadas e receberam os seus diplomas numa cerimónia em Lisboa com a presença de Sua Excelência O Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, de Paulo Azevedo, Presidente do Conselho de Administração da Sonae, de João Costa, Secretário de Estado da Educação, e de Miguel Cabrita, Secretário de Estado do Emprego, bem como de Luís Moutinho, CEO da Sonae MC, Isabel Barros, José Fortunato e Miguel Águas, Administradores da Sonae MC.

Sonae MC is committed to the development and training of its human resources, and has invested in the creation of a pioneering Qualifica Centre, with a view to providing school and professional qualifications within the company, through the promotion of education and skills recognition, thereby helping to improve and increase employees' level of schooling.

In 2019, the Sonae MC Qualifica Centre had 1,400 enrolments, more than 30% above the national average, of which 277 have already benefited from their certified qualifications and received their diplomas in a ceremony in Lisbon attended by His Excellency Marcelo Rebelo de Sousa, President of the Republic; Paulo Azevedo, Chairman of the Sonae Board of Directors; João Costa, Secretary of State for Education, and Miguel Cabrita, Secretary of State for Employment; as well as Luís Moutinho, CEO of Sonae MC; Isabel Barros, José Fortunato and Miguel Águas, Sonae MC Directors.

BOAS PRÁTICAS AMBIENTAIS

05

GOOD
ENVIRONMENTAL
PRACTICES



BOAS PRÁTICAS AMBIENTAIS

GOOD ENVIRONMENTAL PRACTICES

No que diz respeito às boas práticas ambientais, acreditamos que fazemos parte da construção de um futuro sustentável ao investirmos densa e continuamente numa Política de Ambiente suportada no desenvolvimento de soluções capazes de respeitar a natureza e de minimizar o impacto nos recursos naturais das gerações futuras. Seja no pilar da energia e alterações climáticas, da economia circular ou na busca incessante de alternativas a um dos maiores desafios dos nossos tempos – o plástico – orgulhamo-nos dos objetivos já conquistados. E não vamos parar por aqui.

With respect to good environmental practices, we believe we are playing a part in building a sustainable future, with ongoing significant investment in an environmental policy based on developing solutions that respect nature and minimise the impact on the natural resources of future generations. Whether in the areas of energy and climate change, the circular economy or the relentless search for alternatives to one of the greatest challenges of our times – plastic – we are proud of the goals already achieved. And we will not stop there.

PACTO INTERNACIONAL DO PLÁSTICO INTERNATIONAL PLASTIC PACT

O Continente foi o 1.º retalhista português a associar-se ao *New Plastics Economy Global Commitment* – um projeto liderado pela Fundação *Ellen MacArthur* em colaboração com o Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente, que assenta no fundamento da economia circular para o plástico, pretendendo eliminar de circulação todas as embalagens plásticas consideradas problemáticas ou desnecessárias.

O Continente junta-se assim aos governos de França, Reino Unido e Chile, ao Ministério do Ambiente da Nova Zelândia e de Portugal; a organizações como o *World Economic Forum*, Banco Europeu de Investimento e o *The Consumer Goods Forum*, ONG; universidades, associações industriais, investidores e ainda a um conjunto de empresas que, no seu todo, representam 20% de todas as embalagens plásticas produzidas globalmente.

Continente was the 1st Portuguese retailer to join the New Plastics Economy Global Commitment – a project led by the Ellen MacArthur Foundation in collaboration with the United Nations Environment Programme, which is based on the establishment of a circular economy for plastics and aims to eliminate from circulation all plastic packaging considered problematic or unnecessary.

Continente joins the governments of France, the United Kingdom and Chile, the Ministries of the Environment of New Zealand and Portugal; organisations such as the World Economic Forum, the European Investment Bank and The Consumer Goods Forum, NGO, universities, industry associations, investors and a number of companies which together account for 20% of all plastic packaging produced globally.



COMPROMISSO PLÁSTICO RESPONSÁVEL

RESPONSIBLE PLASTIC COMMITMENT

Altamente focado em promover um modelo de economia circular para o plástico em todas as suas lojas, o Continente assumiu o “Compromisso Plástico Responsável” e tem desenvolvido significativos esforços no sentido de promover o seu uso responsável, tanto ao nível da Marca Própria, como da logística, dos fornecedores e também ao nível da sensibilização junto dos consumidores. Simultaneamente, desdobram-se as iniciativas de apoio à inovação, através de parcerias estabelecidas com universidades nacionais e internacionais para o desenvolvimento de projetos de investigação, com o objetivo de encontrar soluções ambientalmente viáveis.

Highly focused on promoting a circular economy model for plastic in all its stores, Continente has undertaken the "Responsible Plastic Commitment" and has made significant efforts to promote its responsible use, both in terms of Own Brand products, as well as with respect to logistics, suppliers and raising awareness among consumers. At the same time, initiatives to support innovation are deployed through partnerships established with national and international universities for the development of research projects to find environmentally viable solutions.



Embalagens de Marca Própria Contidente 100% reutilizáveis, recicláveis ou compostáveis

Até 2025, será eliminado todo o plástico desnecessário ou problemático em mais de 4.000 embalagens de Marca Própria. Na sequência das metas definidas pela União Europeia através da sua “Estratégia Europeia sobre Plásticos”, o Contidente antecipa assim em 5 anos a meta europeia que aponta para que todas as embalagens sejam reutilizáveis, recicláveis ou compostáveis em 2030.

Para concretizar este objetivo, várias medidas estão já a ser implementadas:

Primeira loja **Plastic Free**

Em 2019 foram inaugurados os primeiros supermercados **Plastic Free** na secção de frutas e legumes. As lojas são o Contidente Bom Dia 500, na Avenida General Roçadas em Lisboa e o Contidente Bom Dia Via Catarina Shopping no Porto. Nestes espaços, desde que seja garantida a segurança alimentar dos produtos, as embalagens de plástico não serão uma opção. Os clientes poderão escolher entre sacos de papel, algodão e poliéster ou optar por trazer os seus próprios sacos de casa.

100% reusable, recyclable or compostable Own Brand packaging

By 2025, all unnecessary or problematic plastic packaging in more than 4,000 Own Brand products will be eliminated. Following the targets set by the European Union through its "European Strategy on Plastics", Contidente is, therefore, 5 years ahead of the European target of all packaging being reusable, recyclable or compostable by 2030.

To achieve this goal, a number of measures are already being implemented:

First **"Plastic Free"** store

In 2019, the first **Plastic Free** supermarkets were opened in the fruit and vegetable section. These stores are Contidente Bom Dia 500, in Avenida General Roçadas in Lisbon and Contidente Bom Dia, in the Via Catarina Shopping Centre in Porto. In these locations, provided the food safety of the products is guaranteed, plastic packaging will not be an option. Customers can choose between paper, cotton and polyester bags, or choose to bring their own bags from home.

Continente e consórcio de investigação YPACK – plástico degradável em 3 meses

O YPACK, um projeto cofinanciado pelo programa Horizonte 2020 da União Europeia, procura encontrar alternativas através do desenvolvimento de embalagens biodegradáveis e compostáveis, com maior capacidade de conservação de alimentos e que contribuam também para a redução do desperdício alimentar. O Continente foi o único retalhista alimentar português a integrar este projeto de investigação, de que também fazem parte o Laboratório Ibérico Internacional de Nanotecnologia, a Universidade do Minho e a Universidade Nova de Lisboa. Foram já concebidas várias embalagens feitas a partir de produtos alimentares desperdiçados, tais como soro de leite e cascas de amêndoa, que poderão posteriormente ser utilizadas como fertilizante para a terra, uma vez que se degradam sob efeito de H₂O e CO₂. Esta é a lógica de Bioeconomia Circular, assente em soluções que utilizam recursos e resíduos biológicos. Estas embalagens protótipo – de sacos, cuvetes e película para embalar fruta, legumes, pão ou carne – deverão degradar-se naturalmente no solo ao fim de 50 dias e no oceano em menos de 100 dias.

"Devolva e nós reciclamos"

Esta iniciativa, que incentiva os clientes do Continente Online a devolver na encomenda seguinte os sacos de plástico recebidos, permitiu já o envio para reciclagem de cerca de **51 toneladas** de plástico, desde novembro de 2018. Os clientes que devolvem os seus sacos são reembolsados em Cartão Continente e paralelamente é feita a reciclagem dos sacos. O número de sacos entregues por cada encomenda foi também reduzido, através da otimização de processos de *picking* e acomodação de mais produtos da mesma tipologia por saco.

Sacos Continente Eco

Em 2019, o Continente lançou os novos sacos para lixo Continente Eco, 100% reciclados e que incorporam plástico proveniente das operações das lojas e entrepostos da marca, permitindo obter uma **poupança de 752 toneladas** de plástico virgem anual.

Continente and YPACK research consortium – plastic that decomposes in 3 months

YPACK is a project co-funded by the European Union's Horizon 2020 programme that seeks to find alternatives through the development of biodegradable and compostable packaging that preserves food better while also contributing to the reduction of food waste. Continente was the only Portuguese food retailer to adopt this research project, which also includes the International Iberian Nanotechnology Laboratory, the University of Minho and Nova University Lisbon.

Several packaging items made from waste food products, such as whey and almond shells, have already been designed and can later be used as fertiliser for the soil as they degrade under the effect of H₂O and CO₂. This is the Circular Bioeconomy approach, based on solutions that use biological resources and waste. This prototype packaging – consisting of bags, containers and film for wrapping fruit, vegetables, bread or meat – should degrade naturally in the soil after 50 days and in the ocean in less than 100 days.

"Return it and we'll recycle it"

This initiative, which encourages Continente Online customers to return the plastic bags they received in their next order, has already led to about **51 tonnes** of plastic being sent for recycling since November 2018.

Customers who return their bags are reimbursed on their Continente Card, while the bags are recycled at the same time.

The number of bags delivered per order has also been reduced by optimising picking processes and accommodating more products of the same type per bag.

Continente Eco Bags

In 2019, Continente launched the new Continente Eco rubbish bags, which are 100% recycled and incorporate plastic from the brand's store and warehouse operations, allowing a **saving of 752 tonnes** of raw plastic per year.



Redução de mais de 2 mil toneladas de plástico virgem

- Substituição integral dos sacos de plástico Continente e Continente Online por novos sacos fabricados com 80% de material reciclado e 100% recicláveis – poupança anual de 1.800 toneladas de material virgem;
- Utilização de matéria reciclada em embalagens próprias, com a incorporação de mais de 50% de plástico reciclado nas embalagens de pasteleria e nas cuvetes de carne – poupança anual de 783 toneladas de plástico;
- Redução de 30% a 50% na quantidade de plástico utilizado nas operações internas – poupança anual de 72 toneladas de plástico;
- Eliminação de plásticos da operação das cafeterias e Take Away, substituindo talheres plásticos por opções em madeira, e a eliminação de palhinhas plásticas, pratos e copos plásticos – poupança anual de 39 toneladas de plástico;
- Remoção de material plástico dos cotonetes Continente – poupança anual de 20,8 toneladas de plástico;

Reduction of more than 2 thousand tonnes of raw plastic

- Full replacement of Continente and Continente Online plastic bags by new bags made with 80% recycled material that are 100% recyclable – annual saving of 1,800 tonnes of raw material;
- Use of recycled material in own packaging, with the incorporation of more than 50% recycled plastic in bakery packaging and meat containers – annual saving of 783 tonnes of plastic;
- 30% to 50% reduction in the quantity of plastic used in internal operations – annual saving of 72 tonnes of plastic;
- Elimination of plastics from the operations of cafeterias and take away services, replacing plastic cutlery with wooden options, and eliminating plastic straws, plates and cups – annual saving of 39 tonnes of plastic;
- Removal of plastic material from Continente cotton buds – annual saving of 20.8 tonnes of plastic;

- Redução de cerca de 72% de plástico nas embalagens de pilhas BOOST – poupança de 1 tonelada de plástico;
- Remoção do cincho dos Queijos Frescos Continente – poupança de 14 toneladas de plástico;
- Redução da gramagem do plástico das garrafas de água Continente 33cl e 50cl – poupança de 41 toneladas de plástico;
- Oferta de sacos reutilizáveis para as Frutas e Legumes feitos em rede de algodão ou poliéster;
- Sacos de pão com janela feita em fibra transparente, não plástica nas secções de Padaria.

- Reduction of around 72% of plastic in BOOST battery packaging – saving of 1 tonne of plastic;
- Removal of the Continente Fresh Cheeses belt – saving of 14 tonnes of plastic;
- Reduction of the grammage of plastic in 33cl and 50cl Continente water bottles – saving 41 tonnes of plastic;
- Offer of reusable bags for fruit and vegetables made from cotton nets;
- Bread bags with windows made of transparent, non-plastic fibre in the bakery sections.



RECOLHA DE ROLHAS DE CORTIÇA

COLLECTING CORK STOPPERS

São já perto de 1 milhão as árvores autóctones distribuídas para iniciativas de rearborização, através da parceria estabelecida entre a Missão Continente e a organização ambiental Quercus, desde 2008.

Só no ano de 2019, foram entregues nos balcões das lojas Continente de todo o país mais de 6 milhões de rolhas, correspondentes a 28 toneladas de cortiça para reciclar e reutilizar, confirmando o Continente como o maior parceiro deste projeto, que tem como objetivo promover a cortiça e financiar a rearborização da floresta portuguesa.

971.574 árvores autóctones plantadas desde o início da parceria.

Os “Rolhinhos” ou o Balcão de Informação das lojas Continente ganha, a cada dia que passa, uma crescente importância no combate, que é de todos, contra as alterações climáticas.

Almost 1 million indigenous trees have already been distributed for reforestation initiatives, thanks to the partnership established between Missão Continente and the environmental organisation Quercus, since 2008.

In 2019 alone, more than 6 million cork stoppers were delivered to Continente Stores across the country, corresponding to 28 tonnes of cork to be recycled and reused, confirming Continente as the biggest partner in this project, which aims to promote cork and finance the re-planting of Portuguese forests.

971.574 native trees planted since the beginning of the partnership.

The "Rolhinhos" (collection boxes) and the Information Desk in Continente stores, therefore, gain increasing importance each day in the fight against climate change.



ROLHAS QUE DÃO FOLHAS

**ENTREGUE ROLHAS DE CORTIÇA NAS LOJAS
CONTINENTE E AJUDE A REFLORESTAR O PAÍS
ATRAVÉS DO PROJETO GREEN CORK.**

O NOSSO DESEMPENHO AMBIENTAL

OUR ENVIRONMENTAL PERFORMANCE



Pelo 11.º ano consecutivo, o Continente recebeu a distinção “Marca de Confiança Ambiente”, um reconhecimento que a marca agradece e de que se orgulha. A prossecução dos investimentos em matéria de desempenho ambiental das últimas décadas tem realmente permitido implementar melhorias significativas nas operações diárias da marca:

60 certificações ambientais de acordo com a Norma ISO 14001 (54 Lojas, 5 Entrepósitos e 1 Centro de Processamento de Carnes).

Produção de eletricidade a partir de fontes renováveis: **14.150MWh**, correspondente a **6.650 toneladas** de emissões CO₂ evitadas.

Redução de 2,0% do consumo de eletricidade nas Lojas e Entrepósitos Continente (mesmo universo de instalações).

Redução de 0,8% do consumo de água nas Lojas (mesmo universo de lojas).

Investimento de cerca de 4,5 M€ em novas centrais de painéis fotovoltaicos, em sistema de autoconsumo, em 38 instalações.

Investimento de cerca de 2,8 M€ num conjunto de medidas de redução de consumo de eletricidade nas Lojas.

Inauguração do primeiro supermercado com parque de estacionamento coberto por painéis fotovoltaicos, para produção de eletricidade consumida internamente no supermercado.

Frota de abastecimento das Lojas assegurada por **19 veículos a GNV** (Gás Natural Veicular).

Implementação de um *Road Map* que visa a redução das emissões de GEE (Gases com Efeito de Estufa) até 2030, com o objetivo de superar as metas de cumprimento dos objetivos estabelecidos no Acordo de Paris.

For the 11.th consecutive year, Continente received the "Environmentally Trusted Brand" distinction, a recognition that the brand is both grateful for and proud of. Continued investment in environmental performance over the last few decades has indeed led to significant improvements in the brand's daily operations:

60 environmental certifications in accordance with the ISO 14001 Standard (54 Stores, 5 Warehouses and 1 Meat Processing Centre).

*Production of electricity from renewable sources: **14,150MWh**, corresponding to **6,650 tonnes** of CO₂ emissions avoided.*

2.0% reduction in electricity consumption in Continente Stores and Warehouses (same number of premises).

0.8% reduction in water consumption in stores (same number of stores).

Investment of around €4.5M in new photovoltaic panel plants, in a self-consumption system, in 38 installations.

Investment of around €2.8M in a series of measures to reduce electricity consumption in stores.

Opening of the first supermarket with a car park covered by photovoltaic panels, to produce electricity consumed internally in the supermarket.

The stores' supply fleet comprises **19 CNG vehicles** (Compressed Natural Gas).

Implementation of a Road Map aimed at reducing GHG (Greenhouse Gases) emissions by 2030, with the objective of exceeding the compliance goals established in the Paris Agreement.



RECOLHA DE RESÍDUOS PARA RECICLAGEM

WASTE COLLECTION FOR RECYCLING

Os recursos naturais esgotam-se, mas os comportamentos responsáveis de cada pessoa jamais devem esgotar-se. Portanto, enquanto agente de mudança, o Continente mantém-se perseverante, dando continuidade a um desempenho ambiental de excelência e envolvendo todas as pessoas possíveis, numa causa comum de sustentabilidade ambiental. Neste sentido, as lojas Continente disponibilizam depósitos próprios para recolhas de resíduos.

Em 2019 foram recolhidas para reciclagem:

- 47,4 toneladas de óleo alimentar
- 37,8 toneladas de baterias automóveis
- 438 toneladas de roupa usada
- 24,8 toneladas de pilhas

Natural resources may dwindle but responsible behaviour by all must never fade. Therefore, as an agent of change, the Continente brand remains steadfast, maintaining an excellent environmental performance and involving everyone possible in a common environmental sustainability cause. With this in mind, Continente stores provide their own waste collection facilities.

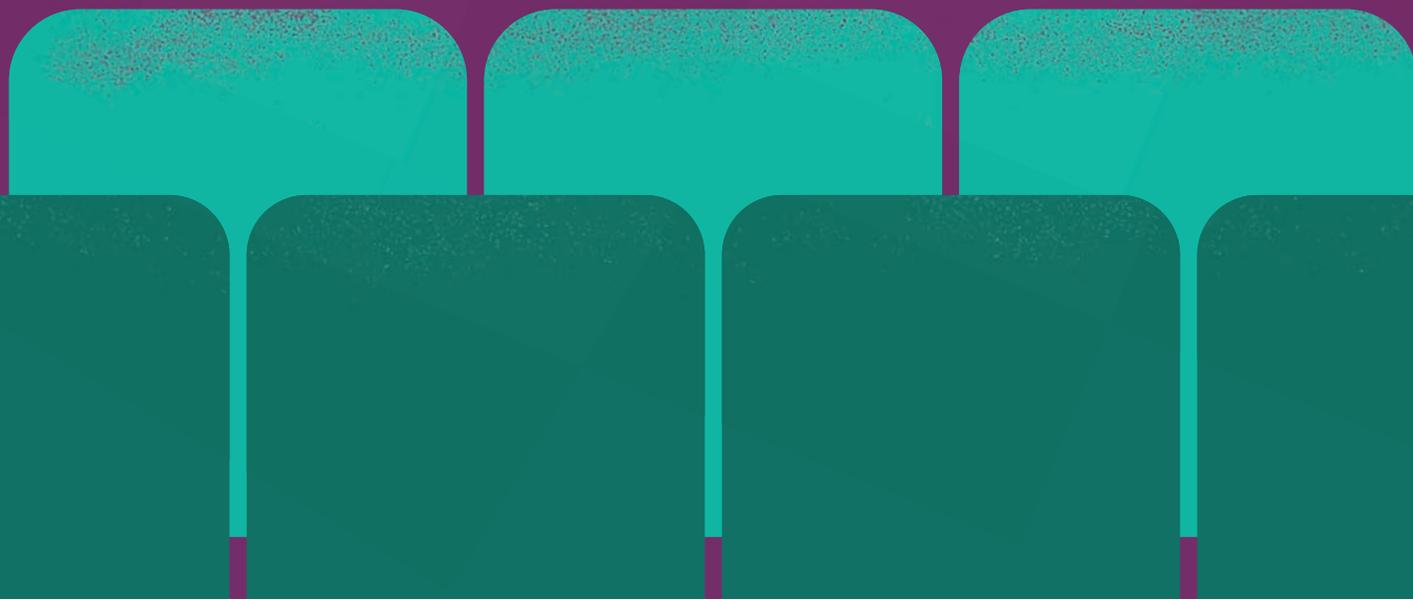
In 2019 were collected for recycling:

- 47.4 tonnes of cooking oil
- 37.8 tonnes of car batteries
- 438 tonnes of used clothes
- 24.8 tonnes of batteries

CONFERÊNCIAS

06

CONFERENCES



CONFERÊNCIA PORTUGAL SAUDÁVEL PORTUGAL SAUDÁVEL CONFERENCE

A criação de conhecimento e a sensibilização para atitudes conscientes que permitam construir, em conjunto, um sistema alimentar e uma sociedade mais saudável e sustentável são os pilares desta iniciativa desenvolvida pela Missão Continente que, sob o mote "*Improving Our Food System*", reuniu representantes de vários quadrantes num debate público sobre sistemas de alimentação sustentáveis capazes de conciliar saúde, ambiente e economia.

Encomendado pela Presidência do Conselho da União Europeia, o relatório intitulado "*Connecting food systems for co-benefits: how can food systems combine diet-related health with environmental and economic policy goals?*" foi o ponto de partida para o debate.

Corinna Hawkes, Diretora do *Centre for Food Policy* da Universidade de Londres, destacou os cobenefícios possíveis para todos os atores envolvidos nos sistemas alimentares, através da colaboração entre governos e setores.

Ruth Osborne, fundadora da consultora *Retired Hen* e mentora do restaurante desperdício zero *ReTaste*, em Estocolmo, explicou como contraria a tendência da restauração para o desperdício alimentar, ao criar ementas com excedentes alimentares recolhidos de supermercados.

Ainda antes do encerramento, **Catarina Furtado** moderou o debate "*Conversas à Roda da Alimentação*", em torno de um diálogo sobre influências em cada momento da cadeia de valor, no qual participaram figuras de setores muito distintos como a agricultura, o retalho, a nutrição, a restauração e a comunicação.

Creating knowledge and raising awareness about conscious attitudes that allow us to build, together, a healthier and more sustainable food system and society are the pillars of this initiative developed by Missão Continente. Under the slogan "Improving Our Food System", it has brought together representatives from various areas in a public debate on sustainable food systems capable of reconciling health, the environment and the economy.

Commissioned by the Presidency of the Council of the European Union, the report entitled "Connecting food systems for co-benefits: how can food systems combine diet-related health with environmental and economic policy goals?" was the starting point for the debate.

Corinna Hawkes, Director of the Centre for Food Policy at the University of London, highlighted the possible co-benefits for all stakeholders involved in food systems, through collaboration between governments and sectors.

Ruth Osborne, founder of the consulting firm Retired Hen and mentor of the zero-waste restaurant ReTaste in Stockholm, explained how she counteracts the catering trend towards food waste by creating menus with surplus food collected from supermarkets.

Before things drew to a close, Catarina Furtado moderated the "Conversas à Roda da Alimentação" ("Food Talks") debate, centred on a dialogue about influences at each point of the value chain, in which people from very different sectors participated, including agriculture, retail, nutrition, catering and communication.



II GRANDE INQUÉRITO DE SUSTENTABILIDADE EM PORTUGAL

2.ND MAJOR SUSTAINABILITY SURVEY IN PORTUGAL

Depois do sucesso do primeiro estudo a Missão Continente, em parceria com o Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa, apresentou em 2019 os resultados do II Grande Inquérito de Sustentabilidade em Portugal. Este projeto tem por objetivo contribuir para o desenvolvimento sustentável do país e, em particular, das comunidades, reconhecendo a importância da informação para o conhecimento das diferentes realidades e para a adequação das estratégias.

Acreditando que o desenvolvimento sustentável é responsabilidade de todos – governo, empresas, sociedade civil e cidadãos –, o II Grande Inquérito dedica blocos específicos às temáticas da alimentação, do desperdício alimentar, da economia circular e da rastreabilidade/ transparência dos produtos.

O II Grande Inquérito sobre a Sustentabilidade em Portugal foi realizado através de um questionário presencial baseado num inquérito estruturado de acordo com uma amostragem de 1.600 cidadãos residentes em Portugal com idade superior a 18 anos.

Algumas conclusões:

O ambiente, a economia nacional e a alimentação são as 3 maiores preocupações da população portuguesa.

Ambiente:

- 19,6% considera a degradação ambiental e os riscos inerentes os principais problemas com que Portugal se confronta.
- 34,9% estão disponíveis para reduzir o consumo de plásticos recorrendo a embalagens mais duráveis e reutilizáveis.
- 34,6% quer substituir o plástico por outras alternativas biodegradáveis.
- 30,6% está disponível para promover a sua recolha e reciclagem.

After the success of the first study, in 2019, Missão Continente, in partnership with the Institute of Social Sciences of the University of Lisbon, presented the results of the 2.nd Major Sustainability Survey in Portugal. This project aims to contribute to the sustainable development of the country and of communities in particular, recognising the importance of information for the understanding of different realities and the adaptation of strategies.

Believing that sustainable development is the responsibility of everyone – government, companies, civil society and citizens – the 2.nd Major Survey dedicates specific blocks to food themes, food waste, the circular economy and product traceability/transparency.

The 2.nd Major Sustainability Survey in Portugal was conducted through a face-to-face questionnaire based on a structured survey using a sample of 1,600 citizens residing in Portugal, all aged over 18 years.

Some conclusions:

The environment, the national economy and food are the Portuguese population's 3 major concerns.

Environment:

- 19.6% consider environmental degradation and the inherent risks to be the main problems faced by Portugal.
- 34.9% are willing to reduce plastic consumption by using more durable and reusable packaging.
- 34.6% want to replace plastic with other biodegradable alternatives.
- 30.6% are willing to promote its collection and recycling.



Economia nacional:

- 38,8% dos portugueses continuam a sentir-se afetados pelo desemprego/precariedade laboral e 29,2% pelos salários baixos/poder de compra.
- 26% estão extremamente preocupados com a corrupção e 24,5% com o acesso à saúde (sobretudo os mais velhos).

Com a crise económica:

- 61% dos inquiridos alteraram as suas práticas de consumo.
- 23% mudaram radicalmente os seus hábitos de consumo, estando atentos à gestão adequada dos orçamentos familiares e, em situações de acréscimo de rendimento, privilegiam os cuidados de saúde (os mais velhos) e a poupança (os mais novos).

Alimentação:

A maior parte dos portugueses mantém a tradicional base alimentar na carne (sobretudo branca) e no peixe, mas existe uma disponibilidade de mudança:

- 50,6% estão predispostos a reduzir o consumo de carne.
- 45,1% estão dispostos a seguir uma alimentação de base vegetal.
- 46,6% estão dispostos a pagar mais por carne produzida de forma sustentável.

National economy:

- 38.8% of Portuguese people continue to feel affected by unemployment/job insecurity and 29.2% by low pay/purchasing power.
- 26% are extremely concerned about corruption and 24.5% about access to health care (especially the elderly).

After the economic crisis:

- 61% of respondents have changed their consumption practices.
- 23% have radically changed their consumption habits, being attentive to the proper management of family budgets and, in times of increased income, favouring health care (the oldest) and savings (the youngest).

Food:

Most Portuguese adhere to the traditional meat (mainly white) and fish-based meals, but there is a willingness to change:

- 50.6% are prepared to reduce meat consumption.
- 45.1% are willing to follow a plant-based diet.
- 46.6% are willing to pay more for sustainably produced meat.



Há uma grande receptividade dos portugueses à intervenção do Estado para contrariar práticas nocivas e estimular hábitos alimentares benéficos para a saúde e para o ambiente:

- 82% concorda com a redução da oferta de refeições menos saudáveis nos refeitórios públicos.
- 78% concorda com o incentivo de alimentos de agricultura biológica nos refeitórios.
- 79% concorda com a proibição de produtos pouco saudáveis nos bufetes escolares.
- 74% concorda com a limitação da publicidade para as crianças no que respeita a alimentos menos saudáveis.
- 60% concorda com a aplicação de taxas tanto aos produtos com excesso de sal, como aos refrigerantes com excesso de açúcar e 48% considera que tal deve estender-se a outros produtos, sobretudo aos sumos, às bolachas, chocolates e doces.

O estudo encontra-se disponível em www.missao.continente.pt

The Portuguese are very receptive to state intervention to counter harmful practices and encourage eating habits that are beneficial to health and the environment.

- *82% agree with the reduction of the supply of less healthy meals in public cafeterias.*
- *78% agree with the encouragement of organic food in cafeterias.*
- *79% agree with the ban on unhealthy products in school buffets.*
- *74% agree with the restriction on advertising less healthy foods to children.*
- *60% agree with the application of charges to both products with excess salt and soft drinks with excess sugar and 48% feel this should be extended to other products, especially juices, biscuits, chocolates and sweets.*

The study is available on www.missao.continente.pt

PARCEIROS E APOIOS INSTITUCIONAIS

07

**PARTNERS AND
INSTITUTIONAL SUPPORT**



PARCEIROS E APOIOS INSTITUCIONAIS

PARTNERS AND INSTITUTIONAL SUPPORT



O Conselho Consultivo da Missão Continente ajuda a identificar as principais necessidades da sociedade portuguesa e a dar apoio ao desenvolvimento das iniciativas. Em 2019, este órgão foi composto pelas seguintes entidades:

The Advisory Board of Missão Continente helps to identify the main needs of Portuguese society and to support the development of the initiatives. This body is composed of the following entities:

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

DGS - Direção Geral da Saúde

Entrajuda - Associação para o Apoio a Instituições de Solidariedade Social

ENSP - Escola Nacional de Saúde Pública

FPF - Federação Portuguesa de Futebol

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



**PARA
GRANDES
CAUSAS,
GRANDES
MISSÕES**

**GREAT
CAUSES
CALL FOR
GREAT
ACTIONS**

Relatório Missão Continente 2019

Autor | Modelo Continente Hipermercados, S.A.

Editor | FUEL

Impressão | Lidergraf - Portugal

Depósito Legal | 406130/16

Edição | maio de 2020

Tiragem | 150 exemplares

Distribuído por | Modelo Continente Hipermercados, S.A.

Rua João Mendonça, n. 505

4464-501 Senhora da Hora - Portugal

