

Relatório Anual 2021

# Seguimos a uma só VOZ



**Uma voz. A sua. A nossa.**

# **Seguimos a uma só VOZ**

**Uma voz. A sua. A nossa.**

**Consigo criamos um impacto positivo na vida de todos.  
Fazemos com que pequenos gestos resultem em grandes iniciativas.**

**Levamos esperança a quem mais precisa.**

**Descobrimos o herói que há em cada um de nós.**

**Contribuímos para um planeta mais sustentável.**

**Estimulamos hábitos saudáveis nas novas gerações.**

**A sua voz é a nossa voz.**

**Juntos somos um e chegamos mais longe.**

**Chegar a mais pessoas**

**A nossa missão**

**Iniciativas no âmbito da sustentabilidade**

**Parceiros e apoios institucionais**

<b>Mensagem do Presidente</b>	6
<b>A nossa Missão</b>	7
<b>Construir hoje um futuro sustentável para todos</b>	8
<b>A missão em números</b>	9
<b>Os compromissos da nossa missão</b>	12
<b>Iniciativas no âmbito da Sustentabilidade</b>	13
<b>Promover a alimentação e estilo de vida saudáveis</b>	14
Programa Escola Missão Continente	15
Edição de 2020-2021	16
Edição de 2021-2022	17
Reduções de açúcar e sal nos produtos de Marca Própria	19
<b>Sensibilizar para o consumo consciente</b>	21
Redução do desperdício alimentar	22
Dinamização de parcerias na cadeia de valor	24
Clube de Produtores Continente	25
Clube de Produtores Continente em ação	27
<b>Apoiar a comunidade</b>	31
Somos um investidor social	32
Luzes com presença	33
Heróis Missão Continente	36
Doação de excedentes alimentares das lojas	39
Recolhas de bens e campanhas de vales	40
Apoios Covid-19	41
Sacos solidários	43
Bolas de Natal solidárias	46
Contos solidários Disney	47
<b>Cuidar da comunidade interna</b>	48
Somos uma comunidade forte	49
Benefícios para as áreas sociais	50
Programa “Somos Sonae”	50
App Better Together	51
Programa #PrecisamosFalar	52
Combate ao excesso de peso e obesidade	53
Diversidade e inclusão	53
Movimento “Improving Our Life”	54
Future Leaders @ Retail	54
<b>Boas práticas ambientais</b>	55
Compromisso Plástico Responsável	56
Sistemas de depósito de embalagens	59
Plug&Charge	61
Recolhas de rolhas de cortiça	62
O nosso desempenho ambiental	63
Recolha de resíduos para reciclagem	64
<b>Parceiros e Apoios Institucionais</b>	65

**Chegamos a mais  
pessoas**



“

***Na Missão Continente estamos cada vez mais focados em ser um Investidor Social que gera mudanças sociais positivas e significativas nas comunidades que integramos. Trabalhamos com propósito, aliando ao apoio financeiro, o acompanhamento, a capacitação de competências, a mentoria, e a disponibilização da nossa rede de contactos, plataformas de comunicação e parceiros, de forma a gerar valor económico, social e ambiental sustentável.***

“ 2021 foi mais um ano desafiante ao qual a Missão Continente conseguiu dar rapidamente resposta a situações de emergência. Repensámos e agilizámos grandes iniciativas e potenciámos parcerias, sempre com o intuito de criarmos mais valor social e apoiar as comunidades onde estamos inseridos.

Foi o ano em que avançámos com a criação do nosso Conselho Estratégico e dos Grupos de Reflexão, de forma a debater e definir as prioridades da nossa intervenção social. Estamos cada vez mais focados em ser um Investidor Social, que gera mudanças sociais positivas e significativas nas comunidades que integramos. Trabalhamos com propósito, aliando ao apoio financeiro, o acompanhamento, a capacitação de competências, a mentoria e a disponibilização da nossa rede de contactos, plataformas de comunicação e parceiros, de forma a gerar valor económico, social e ambiental sustentável. Queremos ir ainda mais longe e acompanhar as organizações e os seus projetos sociais a longo prazo, capacitando-os para a sua sustentabilidade. Em 2021 estivemos junto de quem mais precisa. Através da maior campanha de sempre da Missão Continente “Luzes com presença”, abordámos um problema cada vez mais premente na nossa sociedade: a solidão e o isolamento social. E com a solidariedade de milhares de portugueses e de parceiros, foi possível chegar a um resultado recorde de 1,2 milhões de euros para apoiar 11 instituições nacionais que atuam nessa área.

Demos ainda voz aos nossos Heróis, tendo em vista a criação de um movimento orgânico nacional de boas ações. O projeto “Heróis Missão Continente” começou com um desafio interno e está a transformar-se numa verdadeira onda de mudança positiva e solidária em Portugal.

O “Compromisso para o Uso Responsável dos Plásticos” e o programa educativo “Escola Missão Continente”, que, no último ano letivo, viu o seu âmbito alargado a outros níveis de ensino e é o nosso primeiro projeto no campo da medição de impacto, são outros exemplos de iniciativas

que reforçam o nosso alinhamento com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas, o que muito nos orgulha.

O nosso sincero e sentido obrigado a todos os nossos colegas, fornecedores, entidades parceiras e a todos os portugueses que continuam a partilhar connosco os mesmos valores e objetivos, ano após ano. Continuamos juntos na ambição de gerar e criar impacto positivo nas comunidades, sermos agentes ativos e transformadores em prol de um futuro cada vez mais sustentável, mais feliz e mais inclusivo. ”



A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'José Fortunato', written in a cursive style.

**José Fortunato**  
Presidente Missão Continente

# A nossa Missão



**Construir um futuro sustentável é a nossa missão! O nosso propósito.**

Reforçar o nosso papel transformador no sentido de impactar positivamente as comunidades.

Sensibilizar e mobilizar para melhores escolhas, rumo a um futuro mais sustentável.

Estar próximos dos que mais precisam, dando apoio imediato mesmo em situações de calamidade.

# Construir hoje um futuro sustentável para todos

O nosso caminho é feito de determinação. Ajudando positivamente a transformar o dia a dia das comunidades. Sensibilizando e mobilizando para fazer as melhores escolhas. Prosseguindo os objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas. Estando junto dos que mais precisam nos momentos difíceis.

Respeitando a **#alimentação**, as **#pessoas** e o **#planeta**.

**A Missão Continente? Somos todos nós, todos os dias**



# A Missão em números

Em 2021 continuámos a agilizar grandes iniciativas e a pensar em novas formas de ajudar as comunidades.

## Chegámos aos mais vulneráveis



### “Luzes com Presença”

**1.200.000 €**

angariados

para apoiar 11 instituições que combatem a solidão e o isolamento social



### Apoio Covid-19

**30.000**

bens alimentares, de cuidado e higiene pessoal e refeições doados a utentes e profissionais de saúde

**50 ton**

de bens alimentares doados à REA para apoiar 450 mil pessoas em situação de vulnerabilidade

## Realizámos recolhas de bens e campanhas de vales



### Cruz Vermelha Portuguesa

**501.778 €**

em vales angariados



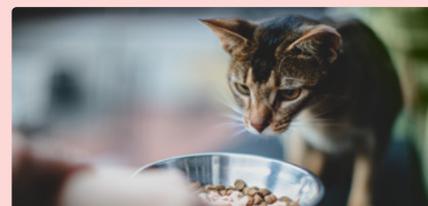
### Banco Alimentar Contra a Fome

**385.050 €**

em vales angariados

**464 ton**

de bens alimentares angariados



### Animalife - Banco Solidário Animal

**253.696 €**

em vales angariados

**209 ton**

de bens alimentares angariados

## Continuamos a chegar aos mais novos com a Escola Missão Continente

**437**

escolas do 1º ciclo do ensino básico  
inscritas



**40.619**

alunos participantes

**2.756**

professores envolvidos



## Doámos excedentes alimentares das nossas lojas

**19,2 M€**

em excedentes alimentares doados



**1.448**

instituições sociais e bem-estar  
animal apoiadas



Apoiámos **284** iniciativas  
locais com mais de  
**385.000€**

Lançámos os **Heróis Missão  
Continente**, com **2.177**  
pessoas registadas e **13**  
missões para descobrir.



# Os compromissos da nossa Missão



Na Missão Continente prosseguimos empenhados em prol de uma sociedade mais equilibrada e de um futuro sustentável.



**Incentivar** uma alimentação e estilo de vida saudáveis, consciencializando para o consumo responsável



**Agir** em conjunto com as comunidades, ajudando-as a crescer, serem mais sustentáveis e responder aos desafios sociais e ambientais



**Promover** a economia circular e as melhores práticas ambientais, reduzindo o desperdício alimentar e incentivando o uso responsável do plástico



**Investir** em projetos de impacto social que transformem e melhorem a vida de pessoas em contexto de vulnerabilidade



**INICIATIVAS NO  
ÂMBITO DA  
SUSTENTABILIDADE**

# Promover a alimentação e estilo de vida saudáveis



## Mudar mentalidades

Continuamos no caminho da promoção da alimentação e do estilo de vida saudáveis, por isso, encontramos alternativas para chegar a mensagem às nossas crianças em idade escolar, mesmo quando a pandemia as manteve em casa. E porque sabemos o quanto é importante a redução dos açúcares e do sal na alimentação, estamos a diminuir a utilização destes ingredientes nos nossos produtos de marca própria.

# Programa Escola Missão Continente



O Programa Educativo “Escola Missão Continente”, criado em 2016, pretende impactar os alunos do 1º ciclo do Ensino Básico (CEB), professores, pais e toda a comunidade escolar, sensibilizando os mais novos para uma alimentação e estilos de vida saudáveis e educação para o consumo consciente e sustentável. Ao longo do ano letivo proporciona conteúdos, atividades educativas, desafios (com prémios associados), materiais lúdicos pedagógicos e visitas no terreno.

A Escola Missão Continente tem como parceiros institucionais a Direção Geral da Saúde, o CEIDSS – Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde, o Centro Hospitalar Universitário de São João (CHUSJ), o Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar da Universidade do Porto e a Federação Portuguesa de Futebol (FPF) e ainda o apoio institucional da Direção-Geral da Educação.

## Edição de 2020-2021

# Um método de ensino diferente

O modelo utilizado pela “Escola Missão Continente” teve de ser ajustado devido ao contexto da pandemia. Foi desenvolvido um vídeo de **visita virtual à Loja**, assim como um vídeo de **visita virtual à Escola (aula)**, uma vez que as visitas presenciais não puderam acontecer. Para as escolas com condições de ter uma aula em direto, foram efetuadas **sessões via Teams dadas pelos Embaixadores**.



**437**

escolas participantes



**40.619**

alunos inscritos



**2.756**

professores envolvidos



**141**

embaixadores voluntários



**170**

aulas via teams



## Edição de 2021-2022

# Prevenir a obesidade infantil

Para medir a ação do Programa nas crianças que nele participam, a “Escola Missão Continente” vai avaliar, pela primeira vez, o impacto deste programa educativo para uma alimentação saudável, em 35 escolas do 1º CEB, durante 4 anos consecutivos (2021-2025). É o primeiro estudo num programa de nutrição e saúde comunitária, com esta dimensão, em Portugal.

O estudo científico de medição de impacto acompanhará crianças do 1º ciclo do Ensino Básico (CEB), inscritas no programa, abordando a temática geral “Dieta Mediterrânica - uma opção saudável, sustentável e consciente”, onde a cada ano se aplicará um programa específico com conteúdos integrados, ajustados às idades das crianças. Todas as turmas inscritas no Programa vão abordar 4 temas principais ao longo dos 4 anos de acompanhamento.

**“ Trata-se de um dos primeiros estudos envolvendo um programa de nutrição e saúde comunitária com a dimensão nacional que incluirá 40 turmas de 35 escolas do 1º CEB, representando os 18 Distritos de Portugal Continental incluindo ainda 2 da Madeira e dos Açores. Este estudo pretende ainda contrariar o provável impacto da pandemia por COVID-19 no progresso da obesidade infantil em Portugal, onde 1 em cada 3 crianças apresenta excesso de peso. ”**

*Ana Rito, Presidente da Direção do Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde (CEIDSS) e Investigadora do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA)*

## Com a Missão de chegar a todos

A partir deste ano letivo, a Escola Missão Continente alarga a sua abrangência integrando novas gerações - o Pré-Escolar e o 2º ciclo do Ensino Básico. Até 2025 pretende alargar ainda mais a sua abrangência a outras gerações.

A Escola Missão Continente conta ainda com três personalidades nacionais que se destacam na área da alimentação, desporto e entretenimento como embaixadores oficiais do programa: o apresentador Francisco Garcia, como embaixador EMC do Pré-escolar; a apresentadora e food writer Filipa Gomes, como embaixadora do 1º CEB, e a jogadora de futebol da Seleção Nacional Feminina, Jéssica Silva, como embaixadora do 2º CEB.

**“ Este tipo de projetos é fundamental para a educação das futuras gerações e acreditamos muito no impacto e nos resultados que vierem a ser obtidos que permitirão certamente a tomada de decisões que melhorem o bem-estar e saúde das crianças e jovens nas nossas escolas. ”**

*José Carlos Sousa, Diretor de Serviços de Projetos Educativos da Direção-Geral da Educação*

**“ A Federação Portuguesa de Futebol (FPF) tem já uma relação de vários anos com o Continente que é, inclusive, patrocinador oficial das seleções A masculina e feminina e sub-21 de futebol. Esta parceria é agora fortalecida com o envolvimento da FPF no desenvolvimento de iniciativas que envolvem a atividade física, tema comum às duas entidades. É sempre com entusiasmo que contribuimos para a promoção de estilos de vida ativos em todas as gerações. ”**

*Nuno Moura, Diretor de Marketing e Novos Negócios da FPF*



**655**

escolas participantes



**70.704**

alunos inscritos



**5.110**

professores envolvidos

# Reduções de açúcar e sal nos produtos de Marca Própria



## Cortámos 1.185 toneladas de açúcar e sal nos nossos produtos

O Continente tem vindo a desenvolver planos de otimização nutricional em mais de 350 produtos de marca própria, tendo em vista a redução do açúcar, sal e gorduras, contribuindo desta forma para a saúde de todos.

As reduções incidem sobre produtos de marca própria, com destaque para iogurtes, cereais, bolachas, refrigerantes, batatas fritas, polpas de tomate e sopas de take away, contribuindo desta forma para melhorar a saúde e estilo de vida dos portugueses. Entre outros exemplos, as leguminosas em conserva garantem baixo teor de sal e as polpas de tomate não têm qualquer sal adicionado. A marca eliminou ainda o óleo de palma a 80 dos seus produtos.

## Reduções anuais de Açúcar, Sal e Gorduras nos produtos de marca Continente



**-800 ton**

redução de açúcares

**-120 ton**

redução de sal

**-385 ton**

redução de gorduras saturadas

Até ao final de 2022, estima-se uma redução de sal nas sopas Continente de cerca de 4 toneladas, uma redução de 12% do teor de sal em batatas fritas e snacks e uma redução de 10% do teor de açúcar em iogurtes e leites com chocolate.

Para Mayumi Delgado, responsável pela equipa de Nutrição do Continente, “são reduções importantes que o Continente faz em prol da saúde dos portugueses, ajudando à prevenção da obesidade, mas também das doenças associadas, como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, e muitas outras. Dois em cada três portugueses têm excesso de peso ou obesidade e o problema agravou-se com a pandemia. Nesse sentido, a equipa de nutrição do Continente tem acelerado a otimização nutricional para ajudar a inverter esta situação”.

Paralelamente, o Continente aposta no Semáforo Nutricional na frente das embalagens, para que o consumidor tenha acesso a informação simplificada sobre os produtos, principalmente sobre os nutrientes que, em excesso, podem ser um problema grave para a saúde. Através de um código de cores, o semáforo mostra a concentração de açúcar, sal, gorduras e gorduras saturadas (verde – baixa, amarelo – moderada e vermelho – elevada). Uma dica essencial para escolhas equilibradas é optar mais vezes por mais verdes ou amarelos e menos por ‘sinais vermelhos’.

**“ As reduções são graduais para não impactar o sabor dos produtos, que garantimos com provas sensoriais junto dos consumidores, que testam e avaliam os novos produtos ”**

*Mayumi Delgado, Responsável pela equipa de Nutrição do Continente*

# Sensibilizar para o consumo consciente



## Menos desperdício

Anualmente, milhões de toneladas de alimentos são desperdiçados globalmente, com implicações graves, quer a nível social como ambiental. Cientes da importância de reduzir o desperdício alimentar, temos vindo a desenvolver, ano após ano, mecanismos e ações concretas que visam promover o consumo consciente, com ganhos claros quer para os consumidores, como para os nossos produtores nacionais.

# Redução do Desperdício Alimentar

## Unidos contra o desperdício

"Perda de alimentos" é a diminuição da quantidade e da qualidade dos produtos agrícolas, silvícolas e da pesca destinados ao consumo humano e que, em última análise, não são consumidos pelas pessoas. As perdas de alimentos ocorrem ao longo da cadeia de abastecimento, da produção à colheita e ao manuseamento pós-colheita, do armazenamento à transformação e durante o transporte.



Fonte: Food and Agriculture Organization of the United Nations.

- Estima-se que **1/3 de todos os alimentos produzidos globalmente se perdem ou vão para o lixo...** aproximadamente **1,6 mil milhões de toneladas** por ano.
- O que significa que **são desperdiçadas 51 toneladas de comida por segundo.**
- Cerca de **870 milhões de pessoas em todo o mundo estão subnutridas.**
- Representa **8% das emissões globais de gases de efeito estufa (GEE).**
- Estima-se que a perda anual de alimentos e resíduos atingirá **2,1 mil milhões de toneladas no valor de 1,5 triliões de dólares.**

Mobilizados contra o desperdício alimentar e atendendo à posição que ocupamos na cadeia de valor, temos vindo a dinamizar parcerias na cadeia de abastecimento que permitem desenvolver importantes projetos de inovação e circularidade e de combate ao desperdício gerado.

Ao nível das nossas operações, temos vindo a desenvolver um conjunto de mecanismos que nos permitem acelerar o escoamento de produtos e do programa de doação de excedentes alimentares junto da Comunidade e dos nossos Colaboradores.



Estas iniciativas permitiram evitar mais de

**37 M€**

de desperdício em 2021



## Caixas de frutas e legumes Zer0% Desperdício

Com o objetivo de prevenir a quebra, o Continente desenvolveu caixas de 5 Kg com frutas e legumes que estão perto de ultrapassar o ponto ótimo de consumo.

## Etiquetas cor-de-rosa

Estratégia implementada há mais de 10 anos nas lojas Continente, as etiquetas cor-de-rosa são rótulos inteligentes de depreciação que comunicam uma redução de preço em produtos que se aproximam do fim do prazo de validade. Um sistema que evita o desperdício e oferece, simultaneamente, benefício económico ao cliente.



## Doação de excedentes alimentares

Faz parte do dia a dia das lojas Continente o reaproveitamento e redistribuição de bens alimentares:

- Junto de instituições de solidariedade social e associações de apoio a animais;
- Junto de colaboradores nas áreas sociais das lojas e entrepostos.

# Dinamização de parcerias na cadeia de valor

O Vinagre de Sidra Maçã de Alcobaça Continente surge no âmbito de uma iniciativa do Clube de Produtores Continente, a “Feira do Desperdício”. Na produção frutícola são gerados alguns subprodutos, nomeadamente ao nível da produção de maçã, que pelo seu calibre, pelo seu aspeto não são valorizados em fresco. Surgindo, por isso, a necessidade de valorizar esta maçã, que é considerada subproduto, num produto diferenciador e de economia circular.



# Clube de Produtores Continente



O Clube de Produtores Continente (CPC) é uma estrutura de apoio à produção agrícola e agropecuária portuguesa, criado em 1998 para aproximar a MC aos produtores nacionais de norte a sul do país, Açores e Madeira.

A sua missão é promover os produtos nacionais de acordo com elevados padrões de qualidade e segurança, apoiando os seus produtores de forma consistente e estruturada.

Um trabalho de parceria, com suporte em conhecimento técnico-científico, em que todos ganham.

## Ganham os produtores

É uma via garantida para os produtores escoarem a sua produção. Promove igualmente o setor agrícola e agropecuário nacional, criando emprego, fomentando o desenvolvimento regional, e potenciando projetos ambiciosos, inovadores e de indiscutível mais-valia económica e social para o país.

## Ganham os clientes

É uma garantia da oferta de produtos nacionais de excelência que respeitam as melhores práticas de produção e estão alinhados com as tendências de consumo. O apoio à produção local e a produtores de pequena escala permite ainda ter nas lojas Continente uma oferta de “Produtos da Região”.

### O Clube de Produtores em números



**256**  
**membros**

organizações de produtores,  
agricultores individuais e pequenas  
empresas familiares

**+ 200.000**

hectares de área produtiva  
nacional

**423 M€**

compras feitas à produção  
nacional

**11.000**

postos de trabalho indiretos

---

**= 234.000 ton**

de produto nacional

# O Clube de Produtores Continente em ação



## Academia CPC

A Academia CPC consiste num programa de capacitação que foi desenvolvido especificamente para partilhar conhecimento com os produtores do Clube, por forma a torná-los mais conhecedores da MC e das várias áreas da cadeia de abastecimento.

Cada participante é convidado a apresentar um projeto de inovação, contado para isso com o apoio, ao longo de todo o programa, da Direção de Inovação da MC. Lançámos esta iniciativa em 2017 e já vamos, por isso, na 5ª Edição da Academia do Clube de Produtores Continente.

Em quatro edições da Academia do CPC foram formados cerca de 56 produtores – 56 empresas nacionais do sector agroalimentar.

Na última edição foram apresentados 13 projetos de inovação – 13 produtores formados, dos quais 11 mulheres com idades compreendidas entre os 24 e os 55 anos!

## Declaração para a Sustentabilidade - Clube de Produtores Continente

Para promover a produção e o consumo sustentáveis, e um sistema alimentar que respeita o ambiente, o Clube de Produtores Continente estabeleceu, com os seus produtores membros, uma Declaração para a Sustentabilidade, baseada em 11 princípios e diversas iniciativas. Iniciativas estas, que contemplam todas as áreas do sector agroalimentar e as boas práticas de produção, embalagem, nutrição, etc. que deverão ser atingidas.

Esta Declaração para a Sustentabilidade, apresentada aos 251 membros do Clube, está alinhada ao 12º objetivo da ONU (Produção e Consumo Sustentáveis), à Estratégia Europeia Farm to Fork (Do Prado ao Prato – Um sistema alimentar justo, saudável e respeitador do ambiente) e ao Roteiro para a Neutralidade Carbónica 2050 (RNC2050) do Ministério do Ambiente e da Transição Energética.

A execução das iniciativas previstas nesta declaração terá um prazo de três anos. Num trabalho de parceria, implementação e verificação, o Clube de Produtores Continente estará a apoiar os produtores nacionais, ajudando-os e preparando-os para o cumprimento das metas previstas pela Comissão Europeia.

No futuro, o cumprimento deste Acordo para a Sustentabilidade poderá ser critério na decisão de compras.



## Projeto “Searas de Trigo com Biodiversidade – Salvemos a Águia Caçadeira”

A Águia-caçadeira é uma das aves em maior declínio da fauna terrestre nacional, muito devido à substituição da cultura cerealífera de trigo e aveia por prados permanentes, cujo corte se faz mais cedo coincidindo com o período de nidificação desta espécie e que pode causar a perda de ovos, crias e, por vezes, adultos também.

Com o objetivo de promover a conservação desta espécie, o Clube de Produtores Continente, a Associação Nacional de Produtores de Proteaginosas, Oleaginosas e Cereais (ANPOC) e o Centro de Investigação em Biodiversidade e Recursos Genéticos (CIBIO/BIOPOLIS) da Universidade do Porto, com a colaboração do Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas (ICNF), juntaram-se num projeto que pretende valorizar o contributo das searas de trigo nacionais para a promoção de biodiversidade de aves, incluindo a de espécies ameaçadas como a Águia-caçadeira.

Os agricultores e proprietários de terrenos estão a ajudar ativamente na identificação das colónias destas aves, enviando ao CIBIO/BIOPOLIS e ao ICNF informações sobre

os avistamentos das águias, o número de animais e, sempre que possível, o sexo dos mesmos, além de implementarem voluntariamente medidas de proteção dos ninhos e crias (delimitando o espaço em que estes se encontram, para que não haja atividade de máquinas agrícolas e instalando proteções anti-predadores, por exemplo). Até ao momento já foram acompanhadas 13 ceifas de 26 produtores nacionais para implementar estas medidas.

Através desta iniciativa, as cerca de 7 toneladas de farinha utilizadas diariamente nas padarias das lojas Continente, já provêm de searas de trigo da região do Alentejo que são monitorizadas de forma a proteger a biodiversidade e a conservação de aves em extinção.

O Clube de Produtores Continente está comprometido com a proteção da fauna e flora do nosso país, com a biodiversidade e a sustentabilidade ambiental, acreditando que este projeto pode ter um impacto muito significativo na sobrevivência e recuperação desta espécie atualmente em vias de desaparecer das planícies alentejanas.



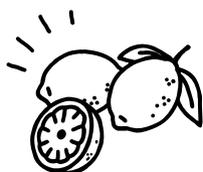


## Resíduo Zero – Frutas e Legumes Nacionais sem Resíduos de Pesticidas

O Projeto Resíduo Zero resulta da parceria entre o Clube de Produtores Continente e a Zerya (consultora espanhola) e visa o desenvolvimento de sistemas de produção agrícola personalizados, com enfoque em boas práticas agrícolas e produtos livres de resíduos e com vista à certificação dos produtores.

Nestes sistemas é garantida a obtenção de produtos hortofrutícolas livres de resíduos de pesticidas e em que são salvaguardados princípios de uso eficiente de recursos, menor consumo energético, menores emissões e maior controlo sobre aspetos microbiológicos, questão-chave no que respeita à segurança alimentar e integração com o meio ambiente, garantido a sustentabilidade de todo o sistema agrícola. Um sistema que não se cinge a um conjunto de proibições, mas sim a um conhecimento aprofundado da produção e utilização racional de recursos, nomeadamente fitofármacos. O objetivo do projeto é garantir Hortofrutícolas Nacionais Resíduo Zero nas lojas Continente. Neste projeto estão envolvidos 29 produtores de hortofrutícolas membros do Clube de Produtores Continente, que irão aplicar modelos de gestão e produção desenvolvidos pela Zerya e, então, ter certificada a sua produção e produtos como Resíduo Zero. Neste momento estarão afetos ao projeto do Clube de Produtores Continente cerca de 1000 hectares.

O Clube de Produtores assume assim um compromisso com a produção vegetal sem resíduos, garantindo boas práticas na origem, e frutas e legumes Continente mais saudáveis. Este compromisso tem sido materializado através do apoio e suporte de custos da formação e da própria certificação dos produtores.



# Apoiar a comunidade



## Juntos por aqueles que mais precisam

Somos um, somos todos. Somos aqueles que nos procuram diariamente, as instituições que ajudamos, os animais que salvamos. Somos a mão amiga que abraça no momento de solidão, que acende uma luz de esperança quando tudo parece ter menos brilho.

Queremos ser cada vez mais um investidor social, ter uma atuação inovadora, pioneira e interventiva no universo empresarial.

Por tal, anualmente, desenvolvemos inúmeras iniciativas de apoio à comunidade, onde aplicamos as melhores práticas e que contam com parceiros e milhares de portugueses, a nível nacional e local.

A todos eles, o nosso sincero obrigado.

# Somos um investidor social



Ao longo da sua história, a Missão Continente tem atuado de forma inovadora e pioneira, evoluindo a sua estratégia de atuação para a construção de um futuro sustentável.

Estamos focados em maximizar o nosso papel no apoio à urgência alimentar e em dar resposta célere às emergências sociais que afetam as pessoas e o planeta, como é o caso do flagelo dos incêndios, ou de situações sanitárias como a pandemia. Os portugueses sabem que podem contar connosco!

E a Missão Continente não quer nem pode ficar por aqui. Desafiamo-nos a ir mais longe e a acompanhar organizações e projetos sociais a longo prazo, contribuindo para a sua escalabilidade e sustentabilidade, com o objetivo de maximizar o mais possível o seu impacto social positivo.

Enquanto investidor social, a Missão Continente reforça o seu papel transformador para gerar impacto social positivo e mensurável nos projetos que financia. É um promotor ativo da mudança ampla e duradoura nas comunidades em que está inserido, em prol da criação de valor económico,

social e ambiental sustentável, trabalhando com parceiros como o Portugal Inovação Social, a Casa do Impacto, a EVPA e a Sair da Casca.

## Em 2021, fomos investidores sociais dos seguintes projetos:

- **PÊLOS DOIS | DTC SOCIAL** - Atividades de reabilitação de reclusos com animais e reintegração dos animais em famílias.
- **SER MULHER | MUNDO A SORRIR** - Contribuir para a melhoria física e psicológica de 50 mulheres vítimas de violência doméstica, através de apoio psicossocial e reabilitação oral.
- **MUM\_ON\_CV | VIDA NORTE** - Projeto de capacitação e promoção da integração profissional de grávidas e recém mães, através da promoção de competências e da concretização dos valores da Inclusão e da Igualdade de Género.

# Luzes com presença

Juntos iluminámos esta causa



No Natal de 2021, quisemos inspirar os pequenos gestos, em prol do **combate à solidão e ao isolamento social**.

A maior campanha de sempre da Missão Continente, Luzes com Presença, terminou com um total de **1 milhão e 200 mil euros angariados**. O valor reverteu para financiar **11 instituições com atuação nacional e local**, com projetos de combate à solidão e ações concretas como apoio emocional especializado por telefone, apoio à inclusão digital, cuidados de saúde complementares, sessões de expressão plástica e musical, animais de companhia, visitas ao domicílio e acompanhamento na realização de tarefas quotidianas, entre outras atividades e formas de ajuda especializada a quem mais precisa.

“ Sabíamos que era um objetivo ambicioso porque é um tema menos visível e para muitos ainda desconhecido, mas desafiámo-nos, sempre acreditando na generosidade dos portugueses e na confiança que têm na capacidade da Missão Continente em desenvolver iniciativas e apoiar projetos que têm um impacto social e local muito relevante. Agradecemos a todos aqueles que contribuíram nesta campanha solidária, e que nos permitiu apoiar os projetos com 1,2 milhões de euros. ”

Nádia Reis, Diretora de Comunicação e Responsabilidade Social do Continente

Ao valor angariado através dos vales solidários adquiridos em loja, juntaram-se 68.586 € doados pela Missão Continente, mais o contributo de 10.000 € do Santander e Federação Portuguesa de Futebol e ainda 52.952 € doados através de chamadas de valor acrescentado e transferências bancárias.

A distribuição do donativo pelas instituições será proporcional à sua abrangência e esforço de atuação.

Após a distribuição do valor angariado, a Missão Continente continuará a fazer um acompanhamento próximo das instituições na implementação e na avaliação dos projetos, assim como a medição contínua do impacto social dos mesmos. Acompanhamento este que se traduz em estabelecer com cada uma as ferramentas para a gestão e para a avaliação, partilhando o plano de ação

e as mudanças que se pretendem atingir, a forma como serão medidos e avaliados, bem como a incorporação das aprendizagens ao longo do processo, que o contacto regular permitirá. Será também avaliada a disponibilização de especialistas em matérias como a gestão financeira e marketing, para as organizações que assim o considerarem necessário.

Este apoio será feito durante um período mais alargado (2 anos), com o objetivo de assegurar uma maior sustentabilidade das organizações a médio e longo prazo.

A campanha Luzes com Presença teve o apoio da GNR, PSP, Escola Nacional de Saúde Pública e, como parceiros, a TVI, a Federação Portuguesa de Futebol, a Entrajuda e o banco Santander.



## Instituições apoiadas:

- ACASO - Associação Cultural e Apoio Social de Olhão | Olhão
- Aldeias Humanitar | Sernancelhe
- Associação Coração Amarelo | Porto de Mós
- Associação Mais Proximidade | Lisboa
- Centro Social Nossa Sr.ª do Extremo | Vila Pouca de Aguiar
- CRESAÇOR | Açores, São Miguel
- Cruz Vermelha Portuguesa – Teleassistência | Nacional
- DTC Social | Região Norte
- Espaço T - Associação para o apoio à integração social e comunitária - Arte ao Domicílio | Porto
- SOS Voz Amiga | Nacional
- Viver de Afetos - Associação de Desenvolvimento Comunitário Câmara de Lobos Viva | Madeira



## Um obrigado muito especial!



# Heróis Missão Continente



Os Heróis estão por toda a parte. São cidadãos normais, empenhados e ativos na comunidade local. Em 2021, fomos à procura deles. Daqueles que, com pequenas ações, causam impacto no dia-a-dia de todos.

Encontrámo-los, desde logo, dentro da nossa organização e sabemos que este foi apenas o primeiro passo para um movimento que vai mostrar os Heróis que existem em cada casa, em cada bairro, em cada comunidade de Portugal.

## Queremos fazer do pequeno, grande



### Mas, afinal, o que é os Heróis Missão Continente?

#### Um movimento orgânico

A iniciativa Heróis Missão Continente pretende mobilizar as pessoas a adotar melhores hábitos, atuar nas suas comunidades e gerar mais participações, criando um movimento natural e orgânico de boas ações.

#### onde todos nos transformamos em heróis

Os Heróis Missão Continente são pessoas comuns, que através de pequenos gestos e praticando boas ações, conseguem gerar impacto positivo na sua vida, na dos outros e no planeta.

Com esta iniciativa queremos encorajar os membros de cada comunidade a contribuir, assumindo responsabilidade e uma ação local.

#### assumindo missões que nos são próximas

Qualquer pessoa pode participar. Basta aceder ao site da Missão Continente, fazer a inscrição e selecionar uma das missões disponíveis, tão simples como cozinhar uma refeição saudável, fazer a separação de lixo em casa ou ajudar um vizinho mais vulnerável.

#### em prol de um futuro melhor

O objetivo é partilhar experiências para inspirar outros a juntarem-se a este grande movimento nacional e, assim, formar uma sociedade mais solidária, preocupada e sustentável.



## 2021: Heróis em números

**2.177**

heróis participantes

**13**

missões lançadas

## Conheça o rosto dos nossos Heróis

Conheça as histórias da Eugénia, do Luís, da Helena, da Rita, da Ana Cláudia e da Cristina.



## Doação de excedentes alimentares das lojas



Em 2021, a Missão Continente reaproveitou o equivalente a 21,4 milhões de euros de produtos alimentares através da redistribuição dos excedentes das lojas. Cerca de 19,2 milhões de euros em excedentes alimentares foram doados a um conjunto de 1.448 instituições de todo o país. As doações das lojas Continente, que decorrem durante o ano por todo o país, aumentaram 39,1% e chegaram a mais 370 instituições face a 2020.

**17,4 M€**

atribuídos a **1.078 instituições**  
de solidariedade social

**1,7 M€**

entregues a **370 associações**  
de apoio animal

Os artigos doados são considerados excedentes quando perdem o seu carácter comercial, mas preservam todas as condições necessárias de consumo seguro, evitando o desperdício alimentar numa lógica de economia circular. Estes incluem produtos frescos como fruta, mercearia e artigos de padaria, entre outros bens alimentares.

# Recolhas de bens e campanhas de vales



A Missão Continente apoia instituições de solidariedade social e associações de bem-estar animal em campanhas locais e nacionais de recolha de bens.

Empenhamo-nos em apoiar as campanhas de angariação de bens essenciais levadas a cabo por instituições de solidariedade social, quer de âmbito local como nacional. E nunca nos esquecemos que a generosidade dos nossos clientes tem sido fundamental para melhorar a vida de muitos. Acreditamos que juntos vamos mais longe.

Como damos força a esta causa? Disponibilizamos o espaço físico das nossas lojas e contribuímos com apoio logístico e de comunicação, amplificando assim o sucesso dos resultados das instituições.



## Animalife - Banco Solidário Animal

**253.696 €**

em vales angariados

**209 ton**

de alimentos para animais angariados



## Banco Alimentar Contra a Fome

**385.050 €**

em vales angariados

**464 ton**

de bens alimentares angariados



## Cruz Vermelha Portuguesa

**501.778 €**

em vales angariados

# Apoios Covid-19

A Missão Continente apoia instituições de solidariedade social e associações de bem-estar animal em campanhas locais e nacionais de recolha de bens.

Empenhamo-nos em apoiar as campanhas de angariação de bens essenciais levadas a cabo por instituições de solidariedade social, quer de âmbito local como nacional. E nunca nos esquecemos que a generosidade dos nossos clientes tem sido fundamental para melhorar a vida de muitos. Acreditamos que juntos vamos mais longe.

Como damos força a esta causa? Disponibilizamos o espaço físico das nossas lojas e contribuímos com apoio logístico e de comunicação, amplificando assim o sucesso dos resultados das instituições.



## Unidade Hospital Casa dos Atletas FPF

**25.000**

unidades de alimentos doados para utentes e equipas de trabalho

## SUCH - Serviço de Utilização Comum dos Hospitais

**200 kg**

+ 50 mantas doados a profissionais de saúde, forças de segurança e doentes

## Ordem dos Enfermeiros

**8.000**

unidades de bens alimentares e de cuidado e higiene pessoal



## “Famílias seguras - Cuidar de quem cuida”

- Financiamento de 2.700 testes, equivalente a 40 famílias;
- Parceria Centro de Testes de Ciências (CT Ciências), Faculdade de Ciências da Univ. Lisboa (Ciências ULisboa), Associação Nacional de Cuidadores Informais (ANCI);
- Programa de vigilância epidemiológica, regular e gratuito para Cuidadores informais, Pessoas Cuidadas, e familiares em convivência direta.

## “Food Trucks Are Safe” do Chef Chakall

Doação de alimentos para confeção e distribuição de 8 mil refeições aos profissionais de saúde de nove hospitais.



## #TODOSJUNTOS

- 50 ton de bens alimentares doados pela Missão Continente através da Rede de Emergência Alimentar;
- 450 mil pessoas em situação de vulnerabilidade apoiadas.

## Vários apoios

- 400 kg de bens alimentares doados ao “Virar da página” do Rotary Club Braga Norte;
- Mais de 10 mil produtos em cabazes doados à Re-food e Farense Futebol Clube;
- Mais de 1.700 produtos alimentares e de higiene pessoal doados à Cama Solidária;
- Doação de televisões Leds ao Hospital de Cantanhede.



# Sacos solidários

A Missão Continente desenvolveu um saco de compras solidário para ajudar instituições de apoio social e/ou bem-estar animal.

**Números alcançados desde o início da iniciativa (agosto 2020)**

**90.000 €**

Valor total doado



**3**

instituições: Associação Portuguesa dos Bombeiros Voluntários, Animalife e Cruz Vermelha Portuguesa

## **Cruz Vermelha Portuguesa**

### **“Este saco está cheio de esperança”**

A Missão Continente entregou o cheque dos 30 mil euros angariados com a venda do saco de compras solidário à Cruz Vermelha Portuguesa. O valor reverteu para o reforço da equipa gestora dos pedidos diários de apoio da instituição, permitindo aumentar a sua capacidade de resposta.

“ Quando considerávamos que o período mais crítico da Pandemia tinha ficado em 2020 de acordo com o elevado número de pedidos de ajuda, viemos a aperceber-nos que esses pedidos diários não baixaram. Com o passar do tempo a Pandemia foi-se instalando e famílias que, até aqui, foram conseguindo gerir, ainda que tenuemente, os seus rendimentos começam a declinar e a entrar em situações de grande vulnerabilidade. Isto diz-nos que as consequências desta Pandemia ainda estão para durar e que a nossa capacidade de resposta continua a ser um desafio diário. A parceria com a Missão Continente traduz-se sempre num reforço às nossas capacidades e esta campanha, em particular, que envolveu a sociedade numa causa comum de apoio ao próximo, motiva-nos a continuar um trabalho que tende a ser moroso e difícil. ”

Susana Marques, Secretária-Geral da Cruz Vermelha Portuguesa



**Animalife**

## “Este saco transporta alegria”

E ajudou a apoiar a ANIMALIFE a vacinar milhares de cães e gatos por todo o país.

A Missão Continente entregou à Animalife os 30 mil euros angariados, que permitiram vacinar 9.490 cães e gatos de associações de todo o país.

Há quase uma década que a Animalife combate o abandono animal em Portugal, atuando diretamente sobre as suas causas e prestando apoio a pessoas carenciadas com animais de estimação a cargo, bem como a protetores individuais, grupos e associações.

**“ Este apoio é fundamental, especialmente numa altura em que tantas associações e famílias que apoiamos enfrentam sérias dificuldades para assegurar o bem-estar dos animais que têm a cargo. São iniciativas como esta que nos permitem continuar e, por isso, só podemos agradecer à Missão Continente. ”**

*Rodrigo Livreiro, presidente da Direção da Animalife*



## Bolas de Natal solidárias

A campanha a nível nacional desenvolvida pela Missão Continente para apoiar as Aldeias de Crianças SOS consistiu numa ação de venda de Bolas de Natal solidárias com mensagens inspiradas no “Amor” e na “Família”.

A adesão a esta campanha reforça a confiança e credibilidade dos portugueses na causa defendida pela organização, possibilitando assim a continuação da sua missão: proporcionar às crianças e jovens os cuidados que necessitam e as oportunidades que tanto merecem.



A missão das Aldeias de Crianças SOS é cuidar, em família, de crianças desprotegidas, ajudando-as a moldar o seu futuro, desenvolvendo e inserindo-se de forma positiva na comunidade. A organização providencia cuidado a longo prazo a crianças que não podem estar com as suas famílias biológicas e fortalece as famílias de crianças em risco dando-lhes apoio especializado. Neste, através de uma intervenção integrada e colaborativa, são promovidas competências de cuidado parental e potenciadas dinâmicas de proteção que apoiem as famílias na missão de assegurar o bem-estar das suas crianças e jovens e evitar a retirada da criança do seu meio familiar de origem.

# Contos solidários Disney

A Missão Continente e a LeYa lançaram uma coleção de contos clássicos infantis da Disney com o objetivo de ajudar uma causa.

A compra dos “Contos Solidários” é uma forma simples e solidária de ajudar e, simultaneamente, uma hipótese de conhecer algumas das mais belas histórias da Disney.

Através destas histórias, as preferidas da maioria das crianças, pretendeu-se criar um ambiente de conforto e inspiração, contribuindo para mais sorrisos nos serviços pediátricos portugueses durante as visitas dos Doutores Palhaços, temporariamente afastados desde 2020 devido à Covid-19, mas presentes através do canal TV ONV.

Esta iniciativa gerou um **valor total doado de 217.411,50 €**, desde novembro de 2019 a dezembro de 2021.



# Cuidar da comunidade interna



## **Pelas nossas Pessoas**

Sabemos que a nossa força está com as Pessoas que contribuem todos os dias para o sucesso das nossas operações. Por isso, desenvolvemos anualmente um conjunto de ações que visam a melhoria da sua qualidade de vida, bem como procuram elevar o seu bem-estar pessoal e profissional.

# Somos uma comunidade forte



O foco está nas nossas Pessoas e na procura de oportunidades de progressão, valorização e integração profissional.

Queremos criar condições para a melhoria da qualidade de vida e satisfação pessoal e profissional dos nossos colaboradores. Acreditamos que promover a sua satisfação, sentido de união e bem-estar é o fator-chave do nosso sucesso.

É com esta premissa que são pensadas e desenvolvidas ações que pretendem ir ao encontro das necessidades da nossa comunidade interna.

Apresentamos alguns exemplos de projetos que desenvolvemos a pensar nas nossas equipas.

## Benefícios para as áreas sociais

No combate ao desperdício alimentar, todos os dias as áreas sociais das lojas e entrepostos disponibilizaram produtos alimentares excedentes aos seus colaboradores. Estes produtos podem ser consumidos durante o horário laboral, permitindo poupanças de custos com a alimentação e evitando o desperdício de alimentos em boas condições de consumo.

**2,2 M€**

em produtos alimentares  
excedentes disponibilizados  
aos colaboradores

Os artigos doados são considerados excedentes quando perdem o seu carácter comercial, mas preservam todas as condições necessárias de consumo seguro, evitando o desperdício alimentar numa lógica de economia circular. Estes incluem produtos frescos como fruta, mercearia e artigos de padaria, entre outros bens alimentares.

## Programa “Somos Sonae”

O foco está nas nossas Pessoas e na procura de oportunidades de progressão, valorização e integração profissional.

Queremos criar condições para a melhoria da qualidade de vida e satisfação pessoal e profissional dos nossos colaboradores. Acreditamos que promover a sua satisfação, sentido de união e bem-estar é o fator-chave do nosso sucesso.

É com esta premissa que são pensadas e desenvolvidas ações que pretendem ir ao encontro das necessidades da nossa comunidade interna.

Apresentamos alguns exemplos de projetos que desenvolvemos a pensar nas nossas equipas.

**205**

colaboradores apoiados

=

**496**

total de pessoas apoiadas  
(colaboradores e familiares)

# App Better Together

Desenvolvimento de uma plataforma digital integrada que permite a todos/as os/as colaboradores/as da Missão Continente aceder a ferramentas e conteúdos essenciais para o seu quotidiano, como formação, comunicação interna, marcação de férias, recibos de vencimento e muitas outras funcionalidades.

**SONAE MC**

# JÁ TENS O TEU CAFÉ QUENTINHO? ENTÃO E A NOSSA APP?

**BETTER Together**

Não fiques de fora!  
Instala AQUI

Olá Maria,  
**BETTER Together**  
Início Almoço  
Último registo às 08:55  
Desliza para registar

# Programa #PrecisamosFalar”

O programa #PrecisamosFalar visa sensibilizar toda a organização para a temática do bem-estar, nas suas diversas componentes (financeiro, social, físico e psicológico) e dotar os/as colaboradores/as de ferramentas que lhes permitam cuidar de si e dos outros.

A ação incluiu uma série de iniciativas, desde a produção de quatro podcasts, o desenvolvimento da app de bem-estar Holi, várias sessões de formação e webinars, bem como uma rubrica especial na newsletter Better You.

**#Precisamos Falar**

Como é que te sentes? Responde ao quiz e descobre como estás. Fica atento às novidades que te vão ajudar a melhorar o teu equilíbrio.

RESPONDE AQUI AO QUIZZ

SONAE MC

**Como te sentes?**

Preocupamo-nos com o teu bem-estar. Queremos ajudar-te a melhorar o teu equilíbrio. Descarrega a app Holi e descobre como está o teu bem-estar. Põe em prática novas formas de melhorar a qualidade de vida. Dentro e fora do ambiente de trabalho.

#PrecisamosFalar

DESCARREGA AQUI A APP

SONAE MC

Podcast

**#PrecisamosFalar**

**Parentalidade positiva com Nuno Lobo Antunes**

Host: Filipa Alves Rocha, médica e responsável da Saúde Ocupacional Sonae MC

O quarto episódio do podcast #PrecisamosFalar tem como convidado um dos maiores nomes da Pediatria e do Neurodesenvolvimento em Portugal, escritor, fundador do PIN - Progresso Infantil e consultor de Neurologia Pediátrica do IPO, Nuno Lobo Antunes. Descobre como podes melhorar a relação com os teus filhos e ter um ambiente familiar mais saudável.

OUVE AQUI O PODCAST

SONAE MC

Podcast

**#PrecisamosFalar**

**Sono com Teresa Paiva**

Host: Filipa Alves Rocha, médica e responsável da Saúde Ocupacional Sonae MC

O terceiro episódio do podcast #PrecisamosFalar tem como convidada a maior especialista na área do sono em Portugal, diretora clínica do Centro de Medicina do Sono de Lisboa e responsável pela criação do primeiro mestrado em Sono no mundo: Teresa Paiva. Não te deixes dormir e descobre como podes melhorar a qualidade do teu sono.

OUVE AQUI O PODCAST

SONAE MC

Podcast

**#PrecisamosFalar**

**Gestão de Stress com Júlio Machado Vaz**

Host: Filipa Alves Rocha, médica e responsável da Saúde Ocupacional Sonae MC

O segundo episódio do podcast #PrecisamosFalar tem como convidado Júlio Machado Vaz, médico psiquiatra, professor universitário, autor de quase vinte livros e figura há muito presente na imprensa, na rádio e na televisão. Descobre novas formas de gerir o stress do dia a dia, dentro e fora do trabalho!

OUVE AQUI O PODCAST

SONAE MC

Podcast

**#PrecisamosFalar**

**Equilíbrio com José Soares**

Host: Filipa Alves Rocha, médica e responsável da Saúde Ocupacional Sonae MC

O primeiro episódio tem como convidado José Soares, professor catedrático da Universidade do Porto, autor de vários livros e especialista com larga experiência na melhoria da performance de pessoas e equipas. Descobre novas formas de conseguir o tão desejado equilíbrio, dentro e fora do trabalho!

OUVE AQUI O PODCAST

SONAE MC

## Combate ao excesso de peso e obesidade

Este programa atua na sensibilização e intervenção com um plano de acompanhamento personalizado a colaboradores com excesso de peso, durante um período de 6 meses.

**73%**

perderam peso entre a consulta inicial e a intermédia

**70%**

diminuíram massa gorda ao fim de 90 dias

**73%**

reduziram o perímetro abdominal

## Diversidade e inclusão

Trabalhamos para criar um ambiente de trabalho assente na riqueza de perfis, com foco na singularidade e como catalisador do desenvolvimento pessoal e profissional. Acreditamos que apenas deste modo conseguimos dar resposta aos desafios atuais e futuros.

- Partilha de informação e experiências
- Promoção da colaboração entre pessoas e equipas
- Aproximação e humanização das lideranças
- Reconhecimento e valorização das nossas pessoas

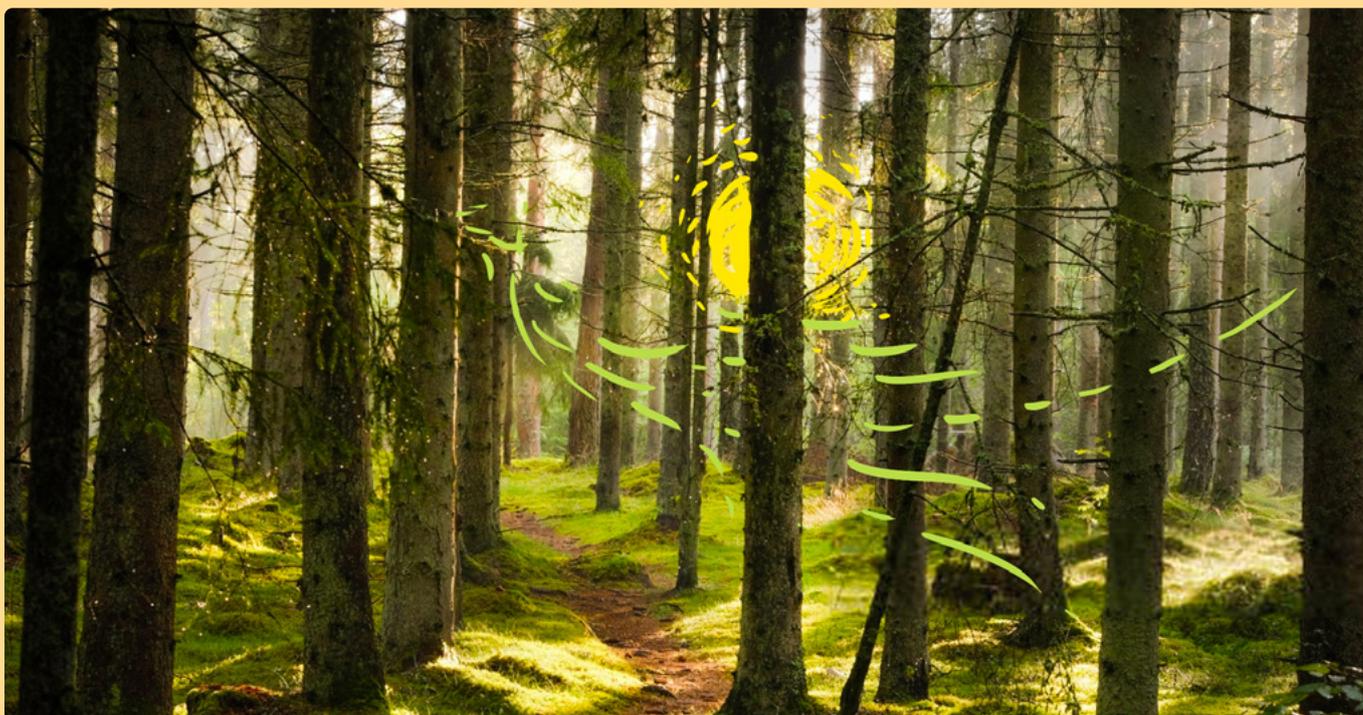
# Movimento Improving Our Life

**Milhares de colaboradores já beneficiaram deste movimento**

## **Dinamização do 1º de maio**

Realizada em todas as nossas lojas e entrepostos, com esta iniciativa criámos espírito de equipa e sentimento de pertença - fomentando o #bettertogether.

Foi também criado o hino Sonae MC, com letra de Vasco Palmeirim, que foi dinamizado por todas as lojas e entrepostos, inclusive com um flashmob.



## **Campanha de Natal 2021 #umnatalcomtodos**

Entregámos cabazes de Natal, que incluía bacalhau e bolo-rei, a mais de **38 mil colaboradores**.

## **Future Leaders @ Retail**

O Future Leaders@Retail é o programa de preparação dos futuros líderes do retalho da Missão Continente. A 6ª edição teve como mote “O desafio da liderança numa cultura de diversidade” e contribuiu para o desenvolvimento e valorização de 29 participantes.

- 16 mulheres | 13 homens
- Média de idades: 29 anos
- Média de antiguidade: 4 anos

# Boas práticas ambientais



## Comprometidos com o futuro

Cada gesto conta para alcançar um futuro mais promissor e na Missão Continente procuramos sempre novas formas para proteger o Ambiente.

Seja com a substituição das embalagens em plástico, incentivando a reciclagem ou oferecendo aos nossos clientes condições para tornarem o seu dia-a-dia mais sustentável.

# Compromisso Plástico Sustentável!



A circularidade é um eixo transversal à nossa ação, traduzido na forma como pensamos e desenvolvemos embalagens e produtos, como gerimos a nossa operação e organização.

Com esse propósito, ao longo dos últimos anos, temos vindo a transformar de forma muito significativa as nossas embalagens, tendo como ponto de partida **os princípios do eco design**. A eliminação do uso desnecessário de recursos, a incorporação de reciclado e a conceção da embalagem de forma a assegurar a sua reciclabilidade são dimensões trabalhadas diariamente pelas nossas equipas, em estreita parceria com a indústria.

Em 2019, a MC tornou-se no 1º retalhista português a associar-se ao New Plastics Economy Global Commitment, juntando-se a um conjunto de entidades de diferentes setores, que partilham uma visão comum para uma economia circular do plástico. Desde então, a MC reporta anualmente o seu progresso em relação às ambiciosas metas que definiu para as suas embalagens de plástico e com as quais está profundamente comprometida, nomeadamente, assegurar que **até 2025 as suas embalagens de marca própria são recicláveis, reutilizáveis ou compostáveis**.

Este é um caminho feito de muitas, pequenas e grandes, mudanças que, no seu conjunto, atualmente se traduzem atualmente numa taxa de **reciclabilidade das nossas embalagens de plástico de 74,7%**.

## Novo packaging Kasa

Eliminámos na totalidade o plástico das novas embalagens da roupa de cama (lençóis, capas edredão, fronhas) e têxtil Kasa, passando para papel/cartão.

**-15 ton**

redução de plástico

## Novas embalagens de Café Continente

### 100% recicláveis

Em 2021, o café do sistema exclusivo Continente tem uma nova embalagem, mais compacta e de **cartão 100% reciclável**, permitindo uma **poupança de 26 toneladas de plástico por ano**.

Substituímos cerca de 3,5 milhões de embalagens de café do sistema exclusivo Continente, que passaram de um saco multimaterial (plástico e alumínio) não reciclável, para uma embalagem de cartão proveniente de florestas geridas de forma responsável e 100% reciclável.

Para além desta alteração de material, as embalagens são mais compactas, reduzindo a quantidade de matéria-prima necessária, bem como a pegada de carbono no transporte, uma vez que se consegue transportar mais quantidade de cápsulas por viagem.



## Garrafas de Água Continente com Plástico Reciclado



As garrafas de água de marca própria são agora produzidas com **25% de plástico reciclado**.

O Continente alterou a composição das garrafas de água de marca própria, de 0,33l aos garrafões de 6l, incorporando 25% de plástico reciclado em cada uma, o que resultará na **eliminação de 400 toneladas de plástico virgem por ano**.

Esta é mais uma iniciativa da Estratégia para o Uso Responsável de Plásticos, em que a marca se propõe, entre outros compromissos, a aumentar a incorporação de matérias-primas secundárias (recicladas) em novos produtos, e assim evitar a produção de mais plástico.

Além de diminuir o consumo de matéria-prima virgem, contribui para uma economia verdadeiramente circular: por cada garrafa de água Continente em fim de vida reciclada, a marca volta a incorporar esse plástico numa nova garrafa.

## Plástico Responsável: Fora da Caixa

'Fora da Caixa' é o nome da iniciativa no site [Plástico Responsável do Continente](#) que desafia os portugueses a sugerirem melhorias para as embalagens dos produtos de marca própria.

Esta iniciativa, que no lançamento contou com o apoio e participação da Sociedade Ponto Verde, surgiu com o objetivo de sensibilizar e criar engagement com os clientes Continente.

Até 2025, todas as nossas embalagens de marca própria serão **100% reutilizáveis, recicláveis ou compostáveis**. Mas queremos ir mais além: todas as ideias que possam melhorar de alguma forma as embalagens Continente ou a forma como expomos um produto em loja são bem-vindas e isso é Fora da Caixa e que podem ser partilhadas na plataforma Plástico Responsável.

## Sistemas de depósito de embalagens

### Ganha o Planeta!

Em 2021 participámos em cinco projetos-piloto de sistemas de incentivo ao depósito de embalagens de bebidas, implementando este serviço em 25 lojas Continente, de norte a sul do país, e colaborando com várias entidades – como a APED, APIAM-Probeb, e os municípios de Cascais e Vila Real.

A performance nas nossas lojas foi bastante relevante, demonstrando uma atividade acima da média no total das iniciativas, verificando-se o depósito de mais de 5 milhões de embalagens, maioritariamente de Plástico PET, mas também de Metal e Vidro, nos 25 equipamentos Reverse Vending Machines instalados nas nossas lojas.

Estes pilotos permitiram compreender os mecanismos de um sistema de depósito de embalagens e robustecer conhecimento para preparar um futuro sistema de depósito eficiente nas mais de 300 lojas Continente.

**+ 5 M**

de embalagens recolhidas em  
25 equipamentos

**+ 12,4 M**

de embalagens recolhidas em  
dois anos de projetos-piloto



# Plug&Charge

## Estamos ainda mais elétricos!

Em 2020, o Continente inaugurou os primeiros hubs Plug&Charge do país.

Este serviço simples e inovador permite aos clientes carregar veículos elétricos com até 200 km de autonomia em 1 hora, enquanto fazem compras na loja.

Este projeto tem como objetivo melhorar a eficiência de consumo e a sustentabilidade ambiental, e contribuir para reduzir a pegada carbónica, compromisso assumido na assinatura do Acordo de Paris.

## Rede Continente Plug&Charge

**110**

postos de carregamento em todo o país

=

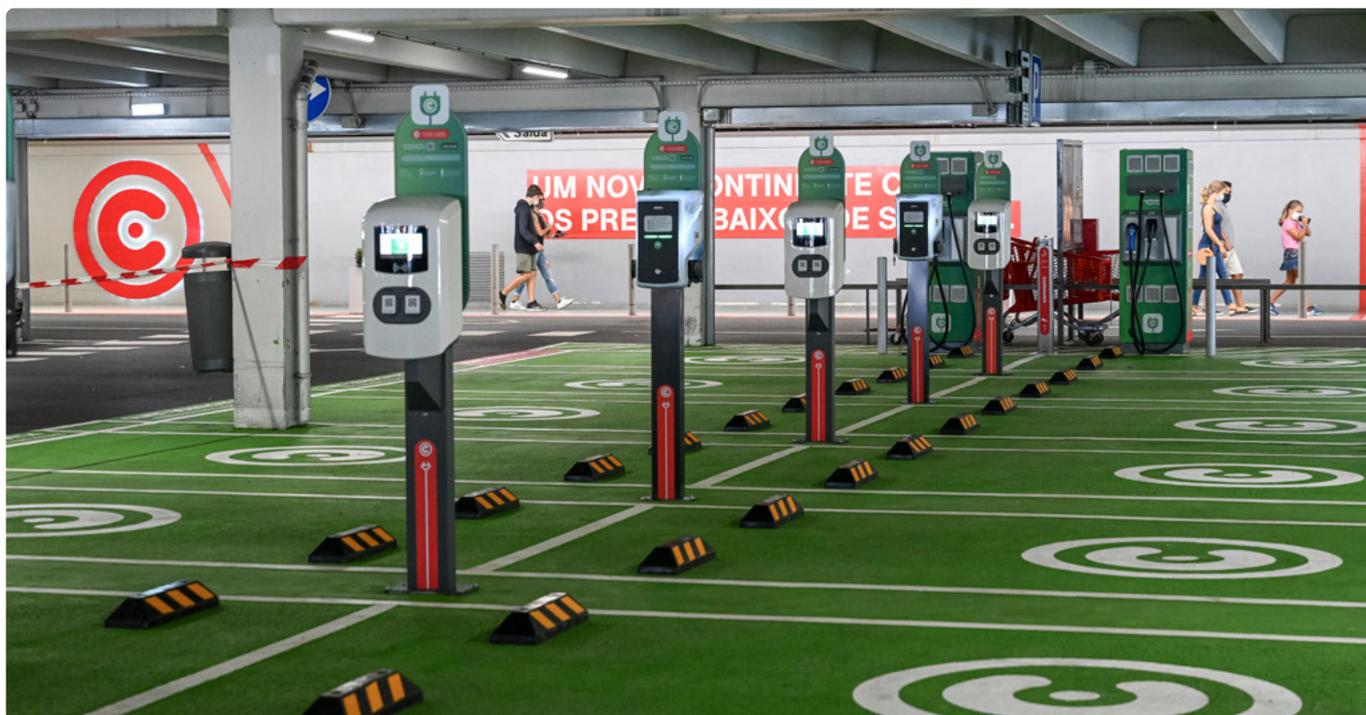
**3,5 M**

km assegurados pela rede

=

**2.200**

viagens do Porto a Paris



# Recolha de rolhas de cortiça



Desde 2008 que a parceria entre a Missão Continente, a Quercus e a Corticeira Amorim está a dar uma segunda vida à cortiça através do projeto Green Cork.

Separar as rolhas em casa é dar oportunidade para que este material seja reciclado e reutilizado noutras aplicações, diminuindo assim a quantidade de resíduos e garantindo o armazenamento do dióxido de carbono na cortiça durante mais tempo.

Com pontos de recolha em todas as lojas do país, o Continente é o maior parceiro na recolha, com mais de **91% dos totais recolhidos anualmente**.

Assim, o destino das rolhas deixou de ser o lixo indiferenciado e passou a ser uma loja Continente.

Desta forma, a Missão Continente quer fazer parte da construção de um mundo melhor para todos, promovendo o desenvolvimento sustentável e a preservação do ambiente.

A recolha de rolhas nas Lojas Continente reverte a favor da plantação de árvores autóctones.

Para promover o desenvolvimento sustentável e a preservação do ambiente junto dos mais novos, há também durante o ano letivo uma dinamização através do envolvimento das escolas e das IPSS na recolha de rolhas. As mais empenhadas em entregar o maior número de rolhas de cortiça numa loja Continente recebem prémios!

**1.200.000**

árvores autóctones plantadas desde o início da parceria

# O nosso desempenho ambiental

Continuamos determinados na proteção do ambiente, na minimização dos impactes ambientais negativos das nossas atividades, na promoção de boas práticas quer internamente quer na comunidade e na melhoria do nosso desempenho ambiental.



## 70 certificações ambientais

de acordo com a ISO 14001 (lojas, entrepostos e centro de processamento)

## Produção e consumo de eletricidade

a partir de fontes renováveis: 24 GWh = aumento de 105%

6.800 toneladas de emissões CO2 evitadas

## Aumento para 83,6%

taxa de valorização dos resíduos

## Certificações de sustentabilidade

aumento de artigos de marca própria com certificações de sustentabilidade

# Recolha de resíduos para reciclagem

O planeta é a nossa casa comum e cabe-nos a todos fazer a nossa parte para preservá-lo. É por isso que, nas lojas Continente, não só promovemos a reciclagem de milhares de toneladas de resíduos todos os anos, como também envolvemos os clientes neste processo, incentivando comportamentos responsáveis. Prosseguimos, desta forma, firmes num desempenho ambiental de excelência.



## Em 2021, foram recolhidos para reciclagem:

### Resíduos entregues pelos clientes

- **121 ton** de óleo alimentar usado
- **21 ton** de baterias auto velhas
- **576 ton** de roupa usada
- **18 ton** de pilhas usadas
- **25,5 ton** de rolhas de cortiça

### Resíduos próprios das lojas

- **39.885 ton** de cartão
- **2.640 ton** de plástico
- **7 ton** de lâmpadas
- **7,4 ton** de cabides
- **15 ton** de fardas de colaboradores



**PARCEIROS  
E APOIOS  
INSTITUCIONAIS**

# Parceiros e apoios institucionais



## Um olhar diferente, o mesmo propósito

A Missão Continente reuniu, pela primeira vez em 2021, o novo Conselho Estratégico para debater propostas para a intervenção social. Sob o mote “Prioridades de intervenção social em Portugal: Como construir o futuro?”, a sessão plenária aconteceu em Lisboa e juntou representantes de áreas fundamentais da sociedade portuguesa.

Composto por 18 personalidades especialistas e influentes em diversos setores, o novo Conselho Estratégico da Missão Continente tem como objetivo acompanhar e fomentar o debate sobre temas relacionados com a sua área de atuação. Permitindo, desta forma, a consistência no trabalho anual entre a Missão Continente e os parceiros sociais.

**“** Tendo em conta o contexto social desafiador que atravessamos, repensámos o modelo estratégico da Missão Continente, que conta agora com o contributo dos mais altos representantes de entidades com relevância na sociedade portuguesa, com o objetivo de avaliar e delinear estratégias e desenvolver iniciativas que respondam aos mais prementes desafios sociais.

O novo modelo Estratégico permite envolver todas as entidades representativas da comunidade, percebendo quais os grandes temas, desafios e problemas do contexto social atual e futuro. Continuamos empenhados em continuar a criar valor social nas comunidades onde nos inserimos, com o propósito e a ambição de gerar e ajudar a criar impacto positivo na sociedade, em prol de um futuro cada vez melhor. **”**

*José Fortunato, Presidente da Missão Continente*



## Conselho Estratégico

- Agência 42 Lisboa
- Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional
- Agência para a Competitividade e Inovação
- Associação Portuguesa de Empresas de Distribuição
- Associação Portuguesa de Nutrição
- Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género
- Cruz Vermelha Portuguesa
- Direção-Geral da Educação
- Escola Nacional de Saúde Pública
- Federação Portuguesa de Futebol
- Federação Portuguesa dos Bancos Alimentares Contra a Fome
- Instituto de Ciências Sociais
- Instituto Superior de Agronomia da Universidade de Lisboa
- Portugal Inovação Social
- Quercus
- Refood
- RUTIS – Rede de Universidades Seniores
- Sociedade Portuguesa de Pediatria

## Parceiros institucionais

- Casa do Impacto
- Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde
- Centro Materno Infantil do Norte
- Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade
- Direção Geral de Alimentação e Veterinária
- Direção Geral da Saúde
- Entrajuda
- European Venture Philanthropy Association
- Federação das Indústrias Portuguesas Agroalimentares
- GRACE - Empresas Responsáveis
- Hospital de São João do Porto
- Instituto Ciências Biomédicas Abel Salazar
- Ordem dos Enfermeiros
- Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável
- União das Misericórdias Portuguesas
- Unidades de Saúde Familiar – Associação Nacional

## **Relatório Missão Continente 2021**

Autor | Modelo Continente Hipermercados, S.A.

Editor | Deloitte Digital Solutions S.A.

Distribuído por | Modelo Continente Hipermercados S.A.

Rua João Mendonça, n.505

4464-501 Senhora da Hora - Portugal

# Seguimos a uma só VOZ



**Uma voz. A sua. A nossa.**