



pepco®

GARDEROBA CAPSULĂ PENTRU BEBELUȘI

Garderobă mică,
posibilități mari

Cuprins

Introducere

Ce haine ar trebui să conțină garderoba capsulă a unui copil?	4
Ce îmbrăcăminte să adaugi în garderoba copilului în funcție de sezon?	6
De ce merită să creezi o garderobă capsulă pentru copii?	8
De ce bumbacul organic fără aditivi este cea mai bună alegere?	10
Lista de verificare a hainelor pentru garderoba capsulă a bebelușului	11
Cum să îngrijești hainele din bumbac ale copiilor pentru a le face să reziste mai mult?	12
Combină și stilizează cu Pepco!	13
Cum să-ți îmbraci copilul pentru o plimbare?	16
Ce haine și accesorii de rezervă merită să ai pentru vremea schimbătoare?	19
Planifică garderoba capsulă a copilului tău cu plăcere	20



Introducere

Minimalismul în garderoba unui copil înseamnă mai puțină dezordine și... mai puține decizii de luat în fiecare zi. Află cum să creezi o garderobă capsulă simplă și funcțională pentru bebelușul tău. **Am adunat sfaturi practice pentru a-ți face viața de zi cu zi mai ușoară și pentru a asigura confortul copilului tău.** Alegerea îmbrăcăminte pentru el, atât de dependentă de momentul zilei, de an sau de activitate (mâncare, somn, plimbare, grădiniță, joacă... - știi că sunt multe!) - va fi mult mai ușoară.

Principiul minimalismului „mai puțin înseamnă mai mult” este valabil și atunci când alcătuim garderoba unui copil. Ce ar trebui să intre în garderoba minimalistă a unui copil? Cum să întreții hainele? Garderoba copilului tău nu trebuie să fie plină până la refuz pentru a-l îmbrăca confortabil și elegant pentru orice sezon sau ocazie. Alege haine care funcționează bine în viața de zi cu zi, sunt fabricate din materiale de calitate și garantează confort deplin, inclusiv libertate de mișcare și pur și simplu, plăcere.



Ce haine ar trebui să conțină garderoba capsulă a unui copil?

Garderoba unui copil se schimbă la fel de repede ca și el. Copilul tău începe să meargă, să alerge, să se cațăre - are nevoie de haine care să nu-i limiteze mișcările, care să fie ușor de schimbat și care să fie confortabile atât acasă, cât și în oraș (sau în timpul oricărei alte activități zilnice, sau poate pentru o ocazie specială). Să le enumerăm mai întâi pe cele mai importante din garderoba unui copil. Pentru fiecare zi, hainele din bumbac moale cu croieli simple, sunt cele mai potrivite.



Pentru bebeluși, acestea sunt:



body-uri cu mânecă scurtă și cu mânecă lungă – ideale ca bază sub alte straturi

salopete sau rampers
– ideale pentru joacă și somn



hanorace și pulovere
– pentru zilele mai călduroase și mai răcoroase

pantaloni și colanți
– fără cusături sau nasturi. Este important ca acestea să nu preseze burtica



șosete și ciorapi
– accesorii indispensabile care sunt plăcute, protectoare și calde

Copiii mai mari vor avea nevoie în plus de: bluze, costume de trening și chiloței.

**Alege haine din bumbac
organic aerisit, fără aditivi
artificiali - acestea sunt
delicate cu pielea,
respirabile și pot rezista la
împrospătarea frecventă
în mașina de spălat.**



**Astfel de haine
vei găsi la Pepco.**

Ce îmbrăcăminte să adaugi în garderoba copilului în funcție de sezon?

Fiecare sezon aduce provocări diferite atunci când alcătuim garderoba capsulă a unui copil. N-ai uitat, că garderoba capsulă este una minimalistă? Aceasta conține doar ceea ce este complet necesar. Descoperă o listă de haine suplimentare care vor fi de folos de-a lungul anului.

Iarna ❄️❄️❄️

- hanorace mai groase, căciuli călduroase, loop/fular, salopetă, mănuși cu un singur deget, șosete mai groase

Primăvara și toamna 🌸☂️

- geacă de vânt sau softshell, colanți mai călduroși, căciulă subțire, rochii și fuste pentru fete

Vara ☀️

- pălărie sau șapcă cu cozoroc, bluze aerisite, pantaloni scurți, body-uri subțiri



Haine pentru nou-născuți

☐ 6-8 body-uri (cu mâneci scurte și lungi)

o bază pe care o schimbi des, așa că este mai bine să ai mai multe

☐ 5-7 salopete

fixate pe toată lungimea, ușor de îmbrăcat și de scos

☐ 4 perechi de colanți sau pantaloni scurți, cu elastic delicat în talie

un element de bază al garderobei capsulă

☐ 3 hanorace sau pulovere

articole elementare, care vor fi utile în zilele mai reci

☐ 2 căciulițe

una subțire pentru primăvară și una mai călduroasă pentru iarnă

☐ șosete și ciorapi

asigură căldură

☐ mănuși cu un singur deget

pentru căldură și protecție

☐ salopete

una ușoară pentru zilele călduroase și una cu puf pentru zilele răcoroase

♥ Pregătește suplimentar:

scutece din bumbac, bavete moi, pături, prosoape cu glugă, jucării de pluș



De ce merită să creezi o garderobă capsulă pentru copii?

Este o idee bună o garderobă capsulă pentru un copil? Știm din experiență că aceasta contribuie la o mai mare ordine și la o mai bună organizare. Cu o garderobă bine organizată, câștigi mai mult spațiu și liniște - este mult mai ușor și mai rapid să găsești haine din care să compui ținutele zilnice ale micuțului tău.



Avantajele garderobei capsulă:

- ♥ totul are locul său, ceea ce înseamnă mai puțină dezordine
- ♥ alegeri zilnice mai ușoare - nu pierzi timp întrebându-te cu ce să-ți îmbraci azi copilul
- ♥ economie de spațiu în dulap, în cameră, în casă
- ♥ mai puțini bani cheltuiți - cumperi mai puține haine, dar de calitate
- ♥ nu trebuie să te confrunți cu problema că ceva nu se potrivește
- ♥ stilul copilului tău va fi consecvent și, în special, va garanta confortul



De ce este bumbacul 100% organic o alegere bună?

- moale și delicat pentru pielea sensibilă a bebelușului

- natural, fără aditivi chimici

- respirabil, oferă confort termic

- absoarbe bine umezeala

- are proprietăți bune de termoreglare

- durabil - rezistă bine la spălarea și călcarea frecventă

- nu-și pierde elasticitatea

- este cultivat în mod ecologic



Pepco face parte din inițiativa Better Cotton - prin care ne-am angajat să obținem 25% din bumbacul nostru prin programul Better Cotton până în anul 2025.

De ce bumbacul organic fără aditivi este cea mai bună alegere?

Bumbacul organic ar trebui să fie prezent în garderoba unui copil. Este moale și respirabil, astfel încât are grijă de pielea sensibilă a bebelușului, rezistând în același timp spălării și călcării frecvente, fără a-și pierde forma sau culoarea. Este genul de material versatil, conceput special pentru îmbrăcăminte copii.

Mizează pe calitatea hainelor confecționate din țesături de calitate, acestea vor dura mai mult și vor fi mai confortabile pentru bebelușul tău. Alege-le pe cele cu croială dreaptă, cusături fine și închidere cu fermoar pentru o îmbrăcare ușoară. Fii atentă la benzile elastice - e important să se potrivească bine pe corp, dar să nu exercite presiune.

Evită decorațiunile inutile și detaliile exagerate. O formă simplă înseamnă mai defecte și mai mult confort pentru copil. Ornamentele de pe haine pot contribui la frecarea și deteriorarea țesăturii. Minimalismul este strategia ta pentru haine mai durabile și mai puțin stres la purtarea zilnică - la urma urmei, nu uita că mai puțin înseamnă mai mult.



Lista de verificare a hainelor pentru garderoba capsulă a bebelușului



- ☐ body-uri cu mâneci scurte și lungi
- ☐ salopete
- ☐ bluze
- ☐ hanorace
- ☐ pulovere
- ☐ colanți
- ☐ pantaloni
- ☐ costume de trening
- ☐ lenjerie intimă
- ☐ ciorapi
- ☐ rochii și fuste
- ☐ încălțăminte
- ☐ vestă

- ☐ salopetă de iarnă
- ☐ geci pentru primăvară și toamnă

Accesorii



- ☐ căciuli - una subțire și una mai groasă
- ☐ fular și eșarfă
- ☐ mănuși
- ☐ pălărie pentru vară
- ☐ ochelari cu filtru UV

Cum să îngrijești hainele din bumbac ale copiilor pentru a le face să reziste mai mult?

- ♥ Mai întâi, sortează hainele după culoare.
- ♥ Spală-le la programele și la temperatura recomandate pe etichetă (preferabil 30-40°C, fără centrifugare puternică).
- ♥ Evită detergenții puternici (aceștia pot slăbi fibrele) și alege detergenți pentru spălarea hainelor pentru copii.
- ♥ Nu supraîncărca mașina de spălat.
- ♥ Calcă hainele cu grijă, de preferință pe partea stângă.
- ♥ Usucă-le, preferabil, în aer liber.

Datorită acestor metode, hainele vor rămâne moi și colorate pentru mult timp, iar pielea bebelușului va rămâne în siguranță.



COMBINĂ ȘI STILIZEAZĂ CU PEPCO! ♥

Într-o garderobă capsulă, este bine să ai haine în culori neutre - bej, gri, bleumarin sau nuanțe pastelate. Acest lucru facilitează combinarea diferitelor elemente.



BĂIAȚ



FATĂ



Cum să-ți îmbraci copilul pentru o plimbare?



+20°C

20°C

Copil în cărucior:

body cu mânecă scurtă, pantaloni subțiri sau pantaloni scurți, șosete, ochelari cu filtru UV



body cu mânecă lungă, pantaloni, șosete, eventual body cu mânecă scurtă și un pulover subțire.



15°C

body cu mânecă scurtă, bluză subțire, pantaloni, șosete, geacă subțire, căciulă sau bentiță, eventual mănuși și pătură



5-10°C

body cu mânecă scurtă, pantaloni, șosete, hanorac sau pulover, geacă, pătură sau salopetă subțire (atunci ciorapi în loc de pantaloni), căciulă, fular, mănuși

~0°C

body cu mânecă lungă, pantaloni călduroși, șosete, hanorac sau pulover, salopetă de iarnă, căciulă, fular, mănuși + eventual o pătură



< -10°C

body cu mânecă lungă, pantaloni călduroși, șosete, hanorac sau pulover, salopetă de iarnă și sac de dormit pentru cărucior, căciulă, fular, mănuși + eventual o pătură



+20°C

20°C

Copil care merge:

bluză cu mâneci scurte, pantaloni scurți sau fustă sau rochie, șosete, sandale, pălărie și protecție UV



bluză cu mâneci lungi, pantaloni lungi, șosete, pantofi, eventual o căciulă subțire în bagajul de mână

15°C

bluză cu mâneci scurte, hanorac sau pulover, pantaloni, șosete, geacă sau vestă subțire, pantofi, căciulă sau bentiță subțire



5-10°C

bluză cu mâneci lungi, pantaloni călduroși, șosete călduroase, hanorac sau pulover, geacă, căciulă subțire, fular/eșarfă subțire, mănuși, pantofi

~0°C

bluză cu mâneci scurte, pantaloni, șosete, hanorac sau pulover călduros, saopetă de iarnă, căciulă, fular, mănuși, cizme



< -10°C

tricou cu mâneci lungi, pantaloni, șosete calde, hanorac sau pulover călduros, salopetă de iarnă sau geacă căptușită și pantaloni căptușiți, căciulă, fular, mănuși, cizme de iarnă



**Nu uita regula de bază:
când e frig afară,
îmbracă-l pe cel mic cu un
strat în plus față de tine.**

Ce haine și accesorii de rezervă merită să ai pentru vremea schimbătoare?

Ia întotdeauna cu tine o geantă cu haine de schimb pentru cel mic, când ieșiți la plimbare – ca să-l poți schimba dacă e nevoie sau să-l îmbraci mai gros, dacă se face mai rece. Lată câteva elemente esențiale:

- ☐ body sau tricou
- ☐ pantaloni sau colanți
- ☐ un hanorac sau un pulover călduros
- ☐ căciulă și eșarfă
- ☐ scutece tetra
- ☐ șervețele

Luând cu tine lucruri pentru bebeluș, vei evita stresul inutil și vei fi întotdeauna pregătită - pentru orice schimbare, inclusiv de vreme.



Planifică garderoba capsulă a copilului tău cu plăcere

Atunci când planifici o garderobă capsulă coerentă, confortabilă și durabilă pentru copilul tău, ia în considerare:

- **vârsta copilului**
- **anotimpurile**
- **calitatea materialelor**
- bumbacul organic este cel mai bun
- **caracterul practic al croielilor**
- **versatilitatea culorilor**
- **capacitatea de utilizare a articolelor de îmbrăcăminte**
- capse, nasturi, fermoare, cusături delicate
- **stilul de viață al copilului și al familiei**
- **activitățile și preferințele celui mic**



Atunci când completezi garderoba copilului, gândește-te să limitezi paleta la câteva culori - astfel îți va fi mai ușor să completezi rapid seturile de haine. Atunci când majoritatea ținutelor tale sunt păstrate în nuanțe similare, nu pierzi timpul întrebându-te ce se potrivește cu ce. Tot ce ai nevoie sunt câteva piese atent selectate pe care le poți combina pentru a crea ținute de zi cu zi pentru micuțul tău.

Pentru fiecare zi, cele mai bune sunt hainele confortabile și ușor de îmbrăcat - din bumbac, despre care ai învățat deja toate beneficiile, cu închizători practice, adaptate ritmului zilnic al bebelușului tău. Atunci când hainele satisfac nevoile copilului mic și ale întregii familii, îmbrăcatul devine pur și simplu mai ușor.

Crearea unei garderobe capsulă pentru copilul tău este și o modalitate excelentă de a forma obiceiuri sănătoase încă de la o vârstă fragedă. Alegerile inspirate fac viața de zi cu zi mai simplă și mai armonioasă.



pepco®