

ผู้จัดการสุดสัปดาห์ 360°

Poo Jatkam Weekend 360 Degree
Circulation: 850,000
Ad Rate: 350

Section: First Section/M-Cover

วันที่: เสาร์ 13 - ศุกร์ 19 สิงหาคม 2559

ปีที่: 7

ฉบับที่: 354

Col.Inch: 442.38 Ad Value: 154,833

หน้า: 25(เต็มหน้า), 26, 27, 28

PRValue (x3): 464,499

ศิลปิน: ลีลี

หัวข้อข่าว: ลอยตัวเหนือดราม่า! "น้ำตาล-ชลิตา" มีস্যุนีเวิร์สไทยแลนด์2016



รหัสข่าว: C-160813063041 (13 ส.ค. 59/07:03)

หน้า: 1/7

iQNewsAlert™

บริษัท อินโฟเคสท์ จำกัด 888/178 อาคารมหาพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทร. 0-2253-5000, 0-2651-4700 แฟกซ์. 0-2253-5001, 0-2651-4701 อีเมล: help@iqnewsalert.net



ฮือฮาดรามายักษ์ใหญ่กับการประกวดมิสยูนิเวิร์สไทยแลนด์ 2016 กับหลากหลายกระแสชอบ-ไม่ชอบผู้ที่สามารถคว้ามงกุฎมาครองได้ บ้างก็บอกว่า อีกคนเหมาะสมจะได้ตำแหน่งกว่า บางเสียงก็บอกว่า ไม่เห็นจะสวยเลย บางคนก็บอกว่า ดูไม่เป็นนางพญา ทว่า เมื่อทีมผู้จัดการ Lite ได้มีโอกาสไปสัมภาษณ์ บอกเลย ดูรวมๆแล้วมีเสน่ห์มาก

เธอ คือ **น้ำตาล-ชลิตา ส่วนเสน่ห์** มีสยูนีเวิร์สไทยแลนด์ ปี 2016 คนล่าสุด นอกจากจะสวยคมเข้มหน้าไทยขั้นสุดแล้วเธอยังมีความสตรองสุดๆ

“เราไม่สามารถทำให้ทุกคนมาชอบเราได้...ไม่เป็นไร ถ้าคนจะไม่ชอบ พัฒนาตัวเองไปเรื่อยๆ จนกว่าเขาจะชอบ”

#สงครามนางงาม

ปาดหน้าตัวเองอย่างกึ่ง กุสุมา ชาวดอน นางแบบอินเตอร์ใน

นวยออร์กโปรไฟล์สุดเลิศที่หลายคนคาดกันว่า จะต้องได้ตำแหน่ง แม้แต่ในใจของน้ำตาลเอง ก็ยังเก็งสาวอินเตอร์ผู้นี้อีกด้วย สุดท้ายก็ไม่ได้ติด 1 ใน 5 งานนี้ดรามาก็ก่อตัวขึ้น ทว่า เธอยืนยัน ไม่มีสงครามนางงามแน่นอน

“สำหรับกึ่งกับตาล เป็นเพื่อนกันค่ะ กึ่งยังบอกเลยว่า ถ้าเขาไม่ได้ เขาก็อยากให้ตาลได้ อีกอย่างเราก็ไม่ได้คิดว่าจะมาแข่งกับใคร ตาล

คิดว่าเราแข่งกับตัวเอง เพราะเรามาทำตรงนี้แล้วสนุก อีกอย่างไม่ได้คิดถึงเรื่องดราม่า หากเราเก็บมาคิดทุกอย่างมันก็จะน้อยตัวเอง

“ก็แอบเชียร์กึ่งนะ เขาสูง ดูชายาว เวลาไปเดินที่ต่างประเทศ น่าจะน่ามอง เราก็นิสัยกับกึ่งมาก ตอนแรกก็คิดนะ วันที่มาสมัครวันแรกๆ เขาก็จะเก็งกันแล้วว่า คนนี้ๆ จะได้ เขาพร้อมในหลายๆ อย่าง ภาษา หน้าตา เห็นกึ่งดูเป็นนางแบบ สง่านะ แต่ตัวจริงเวลาอยู่กับเพื่อน

กึ่งตึงตังจะตาย ตอนแรกก็คิดอย่างนั้นนะว่าจะมีสงครามนางงามหรือเปล่า สุดท้ายก็แค่ละคร จริงๆ ไม่มีหรอกค่ะ ทุกคนรักกัน”

เราเชื่อว่า คณะกรรมการเขาเห็นศักยภาพในตัวของเรา อาจจะเห็นว่าเราไปต่อได้ จึงต้องทำหน้าที่ของตัวเองให้ดีที่สุด เพราะได้ยื่นมีคนบอกว่า ตาลยังดูไม่เป็นนางพญา ทำไม่ไม่เอาคนที่เหมาะสมกว่านี้ไป แต่เราก็เข้าใจนะ เพราะเราไม่สามารถทำให้ใครมาชอบเราได้ทุกคน เราต้องพัฒนาตัวเองไปเรื่อยๆ ตาลรู้สึกว่าเป็นไร ถ้าคนจะไม่ชอบก็ทำใหม่ ทำใหม่ ไปเรื่อยๆ”

วัยเด็ก ผันสวมนงกุฎ

แม้ครั้งนั้นจะเป็นการประกวดนางงามเวทีแรกของเธอก็ทำสำเร็จ ได้ครองมงกุฎสมใจ เพราะเป็นสิ่งที่ฝันมาตั้งแต่วัยเด็ก

“ไม่เคยประกวดเวทีใหญ่ๆ มาก่อนเลย เคยแค่ประกวดนาง



ประวัติส่วนตัว

ชื่อจริง : เบลิตา ส่วนเสน่ห์

ชื่อเล่น : น้ำตาล

อายุ : 21 ปี

ส่วนสูง : 169 เซนติเมตร

น้ำหนัก : 54 กิโลกรัม

กีฬาที่ชื่นชอบ : วอลเลย์บอล แร่บอล

ฟุตบอล

การศึกษา : มัธยม พุทธจริยวิทยา

ปัจจุบันกำลังศึกษาปริญญาตรี ปี 3

คณะ: วิทยาศาสตร์ วิชาเอก

จุฬารัตนวิทยา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม



นพมาศของมหาวิทยาลัย คือน้ำตาลเป็น ร่องดาวของคณะ คือในช่วงวัยเด็กเรามองว่า ทำไมนางงามถึงสวยจัง ความฝันเด็กๆ ก็อยากได้มงกุฏ ความฝันเด็กๆ พอโตขึ้นหน่อยก็มีความรู้สึกที่ว่า เราอยากไปยืนตรงจุดๆ นั้นจังเลย เราอยากไปลองทำตงนั้นจังเลย ว่าเราจะทำได้ไหม เราจะได้มงกุฏแบบนั้นบ้างไหม

คือตาลมีเพื่อนเป็นกะเทยเยอะ เพื่อนกะเทยก็จะพาเดิน แล้วก็พูดว่า "ชลิตา ส่วนเสน่ห์ มิสยูนิเวิร์สไทยแลนด์!!" แล้วก็บอกว่าจะลองไปประกวดดูสิ เพื่อได้ ตาลก็เลยลองดู

"วันที่แรกที่ประกาศว่าได้ตำแหน่ง บอกเลยว่าง มินไปทุกอย่าง เพราะไม่คิดว่าจะได้ ตอนนั้นคิดอะไรไม่ออกเลย มันดีไปหมดตั้งแต่ต้น ดีใจ ยิ้มไม่ออกเลย ร้องไห้ เหมือนเราได้ตำแหน่งที่สูงมากเป็นครั้งแรก แล้วเราได้มา คือทุกคนก็สวย ทุกคนทำเต็มที่ และพร้อมมากกว่าเรา เหมือนกับประสบความสำเร็จในความฝันของตัวเอง"

เราไม่คิดว่าจะได้เข้ารอบลึกขนาดนี้ ตอนมาสมัครยังคิดอยู่เลยว่า ถ้าเข้า 40 คน ก็เจ๋งมากแล้ว คือแค่ตอนเก็บตัวที่ภาคใต้ จ.พังงา เรามีสมาชิก สนุกมาก รู้สึกว่าแค่เข้ารอบ 15 คนก็คุ้มแล้ว"

ลูกไม้หล่นไม่พ้น...ตามรอยคุณแม่เป็น "นางงาม"

"คุณแม่เคยประกวดนางสาวไทยมาก่อน แต่ไม่ได้เข้ารอบในรอบ 60 คน คุณแม่ประกวดหลายเวที หน้าแม่กับตาลจะเหมือนกันนะเป๊ะเลยล่ะ แต่แม่จะสวยกว่าน้ำตาลนะ คุณแม่จะจิ้มปากโต่ง" เธอเล่าถึงคุณแม่ ผู้เป็นแรงผลักดันและให้กำลังใจในการประกวด

"คุณแม่ก็สนับสนุน ให้กำลังใจ เขาอยากให้เราทำสิ่งที่ตัวเองฝัน เพราะเวลาเราชอบอะไร รักอะไร คุณแม่จะสนับสนุน สมัยก่อนกับสมัยนี้นางงามจะไม่เหมือนกัน ก็ไม่ค่อยได้ถามแม่ว่าจะต้องทำยังไงบ้าง ดูจากทุกวันนี้มากกว่า แล้วก็นำมาปรับใช้กับตัวเอง"

คือคุณแม่จะรู้จักกับพี่ที่เป็นลูกพี่ลูกน้องกัน พี่เขาเป็นคนส่งน้ำตาลประกวด พี่เขาก็เลยถามน้ำตาลว่า อยากมาประกวดไหม เขาเลยส่งเราเข้ามา แม่ก็จะคอยดูแลและให้กำลังใจตลอดบอกว่าเป็น "ตาล เอมมงกุฎมาให้แม่ให้ได้นะ" เขาจะคอยกระตุ้นเราตลอด

สำหรับนางงามที่ชื่นชอบ เป็นรุ่นพี่ น้ำตาลจะชอบ พี่ซาม (ไอลย วริทธิ์) โอสถานนท์ อดีตมิสไทยแลนด์ยูนิเวิร์ส 2006) เขาหน้า



คมดี มีคนบอกว่า หน้าเหมือนพี่ซามตัวย พี่เซาเก่งมาก”

รำกับนศาลพระพรหม

ทว่า เธอได้ตั้งจิตอธิษฐานต่อศาลท้าวมหาพรหมเอราวัณ ให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์เป็นที่พึ่งในการประกวดครั้งนี้ โดยเธอมั่นใจว่าถ้าได้เข้ารอบ 40 คนจะไปถวายเครื่องสักการะชุดเล็กที่พระพรหมเอราวัณ และถ้าได้เป็นมิสยูนิเวิร์สไทยแลนด์จะแต่งหน้าถวายที่ศาลท้าวมหาพรหมล่าสุด เพิ่งไปรำกับนสดๆร้อนๆ

“เราทำแล้วเรารู้สึกสบายใจ ทำแล้วมันมีแรงผลักดัน มีแรงกระตุ้น ก็เป็นความเชื่อส่วนบุคคล ตอนแรก ตาลบ่นท่นไว้ว่าถ้าได้เข้ารอบ 40 คน จะถวายนางรำชุดเล็ก และถ้าได้เป็นมิสยูนิเวิร์สไทยแลนด์ จะมารำร่วมกับพี่เลี้ยงตอนเราประกวดอีกคนหนึ่ง ที่รำได้เพราะตาลมีพื้นฐานการรำมาอยู่แล้วตอนเด็กๆเคยเข้าชมรมนาฏศิลป์ ว่าหน้าพาทย์ เพลงตระโหมตี”

เช่นเดียวกับคุณแม่ที่จัดหนักจัดเต็ม! ด้วยการบ่นประทัด 1 แสนดอก ที่กรมหลวงชุมพร หากได้เป็นมิสไทยแลนด์ยูนิเวิร์ส ขณะนี้ก็ไปกับนแล้วเรียบร้อย

“บางคนก็บอกว่าตาลมากับดวงนะ เพราะที่มารำกับนศาลพระพรหมก็ใกล้จะครบรอบเหตุการณ์ที่วาระระเบิดไป อย่างวันที่ซ้อมประกวดฯ วันสุดท้าย เขาก็ยกเก้าอี้มิสยูนิเวิร์สไทยแลนด์ มาตั้ง แล้วเราก็นั่งมอง คิดในใจว่า ถ้าเราไปนั่งตรงนั้นจะเป็นยังไง แบบคิดภาพตัวเราเองไปนั่งตรงนั้นแล้ว พอเราได้เราก็งตัวเอง อะไรที่เราจินตนาการเป็นภาพที่เราเห็นมันเป็นเรื่องจริง อย่างรถของนางงามมาจอดไว้ก็ยิ่งคุยเล่นกับพี่เลี้ยงเลยว่า ใครเอารถหนูมาจอดตรงนั้นอะ (หัวเราะ) คือจะเป็นแบบนี้บ่อยๆ พูดเล่นๆ แต่สุดท้ายเป็นเรื่องจริง เหมือนกับมีเซ็นส์เรื่องประมาดเนี่ย”

สู้ชีวิตทำงานตั้งแต่ ป.4 ช่วยครอบครัว

ชีวิตเธอไม่ได้โรยด้วยกลีบกุหลาบ ครอบครัวค่อนข้างลำบาก จึงต้องทำงานพิเศษในช่วงปิดเทอมช่วยเหลือครอบครัวอีกแรง

“ตั้งแต่จำความได้เลย ตอน ป.4 คือครอบครัวตาลไม่ได้มีฐานะ ร่ำรวย คือจริงๆ ตาลเกิดที่ จ.นนทบุรี พอแม่ไปทำงานก็จะย้ายตามแม่ไปเรื่อยๆ จากนั้นก็ไปซื้อบ้านแถวสมุทรปราการ จึงไปทำงานแถว

นั้น แม่ทำงานเป็นแคดดี้ในสนามกอล์ฟ เป็นคนลากกระเป๋า และทำงานบ้านของเจ้านายในคอนโดฯ ตาลก็จะไปช่วยแม่ตลอด หยิบจับช่วยเหลืออะไรได้บ้างก็จะพยายามทำก็ทำมาเรื่อยๆ เวลาแม่ไปออกรอบตาลก็ไปทำความสะอาดห้องเจ้านายแทนแม่เลย

จากนั้นแม่เริ่มมาทำงานในสนามบิงสุวรรณภูมิ ในช่วงปิดเทอม ม.4 เลียบบอกว่า แม่..ตาลอยากทำงานในสนามบิง ออกคุยกับฝรั่งอยากได้ภาษา ฟัง พูด ได้ ให้แม่ช่วยฝากทำงานให้หน่อย เลยได้ทำที่ร้านอาหาร เป็นเด็กเสิร์ฟ ทำเวลาช่วงปิดเทอมตลอด”

สำหรับเงินที่ทำงานมานั้น เธอบอกว่าให้คุณแม่หมดเลย เช่นเดียวกับเงินที่ได้มาจากการได้ตำแหน่ง เธอยกให้พ่อกับแม่หมดเช่นกัน

“อยากให้เงินแม่ค่ะ คือตาลจะขอแม่จากที่ได้ก็ไปเอาไว้ ส่วนเงินเดือนให้แม่หมดเลย ตอนเด็กๆ เคยคิดว่าถ้าไม่มีแม่ เราจะยังงั้นนี่ ร้องให้อยู่คนเดียว เพราะติดแม่มาก

เงินที่ได้มาจากการได้ตำแหน่งไม่กล้าเอาไปซื้อหออถอค์พวกของแพง ของแบรนด์เนม คือเราไม่ได้เกิดมาในสังคมที่ต้องใช้ของแบรนด์เนม อาจจะซื้อของอะไรที่เราอยากได้บ้างนิดหน่อย เช่น อยากได้กล้องถ่ายรูป ซอบถ่ายรูป เพื่อนจะชอบให้ตาลถ่ายให้ประจำ”

สวย ใส่ สมองไปรท์

จากเด็กห้องคิง สายวิทย์ คณิต เรียนดีเกรด 3.9 จึงสามารถสอบติดมหาวิทยาลัยมหาสารคาม คณะวิทยาศาสตร์ สาขาจุลชีววิทยา โดยสาเหตุที่เลือกเรียนสาขานี้เพราะชอบความแปลกใหม่ อยากเห็นสิ่งมีชีวิตตัวเล็กๆ ว่าหน้าตาเป็นอย่างไร

“อยากไปเรียนต่างจังหวัด ตอนนั้นก็เลือกสอบเข้ามหาวิทยาลัยต่างจังหวัดทั้งนั้นเลย คุณพ่อกับคุณแม่ก็เห็นห่วงว่าเราจะอยู่ได้ไหม อยู่ไกลด้วย ห่วงเรื่องความปลอดภัย เขาจะกลัว เพราะเป็นลูกสาวด้วย ตาลก็ไปอยู่หอหญิง

ตาลเรียนวิทย์ คณิต มาตั้งแต่ ม.1 รู้สึกชอบ อยากทำแล็บแล้วที่เรียนจะเกี่ยวกับสิ่งมีชีวิตเล็กๆ ได้ส่งกล้อง รู้สึกสนุก ชอบความแปลกใหม่

เวลาเรียนจะเรียนหนักมาก จะไม่มีเวลาทำ เพราะเรียนเข้าน



เย็น บางทีเรียนบ่าย 3 ทำเล็บถึงตี 4 ตี 5 ก็มี เราต้องรอเครื่อง รอเชื้อ เวลาที่เราทำก็นานด้วย เราต้องใส่ใจในรายละเอียด อยู่ที่คณะจนเหมือนกับเป็นทอไปแล้ว”

ทว่า ใครที่เห็นเธอในโลกเด็กมหาวิทยาลัย ใส่ชุดนักศึกษา จะเห็นได้เลยว่า น่ารัก สดใสสุดฤทธิ์ ต่างจากภาพที่ดูเป็นสาวมั่นในตอนนี้เป็นเลย

พิตอกกำลังกายประกวดเวทีโลก

ในระยะเวลา 5 เดือนต่อจากนี้ เธอต้องพิตร่างกาย การออกกำลังกาย รวมถึงปรับโภชนาการเพื่อสุขภาพและความงาม คอร์สฝึกอบรมอย่างเข้มข้นตลอด 5 เดือน ทั้งการเรียนภาษาอังกฤษ แบบ Intensive Course (พูด - ฟัง - สื่อสาร อย่างมีประสิทธิภาพ) การเดิน การพุดในที่สาธารณะ และการให้สัมภาษณ์ การสร้างความมั่นใจ การปรับ บุคลิกภาพอย่างเหมาะสมเพื่อให้สามารถปฏิบัติหน้าที่เป็นตัวแทนสาวไทย ในการประกวดเวทีระดับโลก มิสยูนิเวิร์ส 2016 ในนามประเทศไทย โดยเธอมีกำหนดที่จะไปประกวด มิสยูนิเวิร์ส 2016 ณ ประเทศฟิลิปปินส์ ในวันที่ 30 มกราคม 2560

“ตอนนี้เรื่องเรียนต้องรีบไว้ก่อน 1 ปี เพราะเราต้องไปแข่งตรงนี้ให้เต็มก่อน ตอนนี้ก็ไปเรียนเดินแบบกับพี่โต้ Men’s Health ฝึกเดิน เข้าพิตเนส สร้างหุ่นกระชับ โดยเฉพาะช่วงขา สควอช ซิตอัพเล่นหน้าท้อง ออกกำลังกายทุกวัน วันละ 30 นาที และต้องเข้าคอร์สเรียนภาษาอังกฤษ เพราะอยากพุดให้คล่องมากกว่านี้

นอกจากนี้ ยังเรียนแอ็กติ้ง เรียนการพุด เพราะตาลเป็นคนพุดอยู่ในลำคอ จึงต้องฝึกพุดให้เต็มเสียง ฉะนั้น ส่วนการกินก็ต้องปรับเมื่อก่อนอยากกินอะไรก็กินเลย”

ในการไปประกวดมิสยูนิเวิร์ส 2016 เธอตั้งเป้าไว้เลยว่า จะต้องคว้ามงกุฎมิสยูนิเวิร์สปี 2016 มาครองได้สำเร็จ

ผู้จัดการสุดสัปดาห์ 360°

Poo Jatkam Weekend 360 Degree
Circulation: 850,000
Ad Rate: 350

Section: First Section/M-Cover

วันที่: เสาร์ 13 - ศุกร์ 19 สิงหาคม 2559

ปีที่: 7 ฉบับที่: 354

Col.Inch: 442.38 Ad Value: 154,833

หัวข้อข่าว: ลอยตัวเหนือดรามามา! "น้ำตาล-ชลิตา" มีสยูนีเวิร์สไทยแลนด์ 2016

หน้า: 25(เต็มหน้า), 26, 27, 28

PRValue (x3): 464,499

คลิป: ลีลี





“เราต้องตั้งเป้าไว้สูงๆเลยว่า จะต้องได้ เพราะหากเราไม่มีจุดหมาย เราก็จะทำอะไรไม่ได้ เราก็จะไม่รู้ว่าทำอะไรแล้วจะไปตรงจุดๆนั้น จึงตั้งไว้สูงๆไว้ก่อน ก็พยายามทำหน้าที่ให้เต็มที่ หวังว่าจะเป็นสาวไทยคนที่ 3 ที่ได้ตำแหน่งมิสยูนิเวิร์สกลับมา ”

ทว่า หากจบจากการประกวดนี้แล้ว อันดับแรกเลยก็ต้องกลับไปเรียนต่อ ต้องเอาใบปริญญาฝากพ่อกับแม่ให้ได้

ฝันเปิดร้านกาแฟ เบเกอรี่

อนาคตเธอคาดหวังไว้ว่าจะเปิดร้านกาแฟ ให้คุณแม่ ส่วนเธอก็จะทำเค้กขาย ควบคู่ไปด้วยกัน นอกจากนี้ เธอยังมีฝีมือในการทำเค้ก จนลูกค้าสั่งออเดอร์ตรึม!

“ตอนเรียนก็ทำเค้กขายที่คณะ ทำบานอฟฟี (Banoffee) และเครปเค้ก เปิดยูทูปแล้วทำตาม มีวัตถุดิบอะไรบ้าง เราก็ไปหาซื้อ ตอนนั้นทำช่วงซัมเมอร์ เพราะจะเรียนแต่วิชาเลือก เลยมีเวลาทำ ส่วนช่องทางการขาย เราก็ลงเพจเฟซบุ๊กของมหาวิทยาลัยด้วย ก็มีคนโทรสั่งมา ตาลก็ไปส่งให้ ขายหมดตลอด”

สำหรับเรื่องความรักนั้น เธอแอบบอกไว้ว่า ยังไม่มีแฟน มีคนมาจีบบ้าง แต่ก็คุยในฐานะเพื่อน พ่อกับแม่ห่วง ตอนนั้นทำงานอย่างเดียวยเลย ออกงานทุกวัน ชอบคุณสเปกอนเซอร์ ออกอีเวนต์บ้าง กลับถึงบ้านก็หลับแล้ว ไม่มีเวลาไปคุยกับใครเลย

พอใจใบหน้า..ปลื้มแกรม และชิตโบน

สุดท้ายเธอแสดงความคิดเห็นถึงการทำศัลยกรรมของผู้หญิงยุคนี้ไว้ว่า หากใครทำแล้วสวยก็ทำเถอะ แต่ถ้าสำหรับตัวเอง พอใจในใบหน้าแล้ว โดยเฉพาะช่วงแกรม และชิตโบน

“ไม่กล้า ไม่ทำอะไรหรอก ตาลกลัว เห็นเพื่อนเขาทำแล้วทำไม่มันดูน่าเจ็บจังเลย แต่ไม่ได้แอดต้นๆ ถ้าทำแล้วสวย มันใจก็ไปกับเถอะ แต่เรารู้สึกว่า เรามีทุกอย่างแล้ว จึงไม่คิดอยากจะทำศัลยกรรม หน้าอกกัน ก็มีแล้ว หน้าก็พอใจแล้ว

ตอนนี้เราพอใจหน้าตัวเองแล้ว ชอบชิตโบน และแกรม ของตัวเองค่ะ อาจจะไม่ชอบปาก เพราะดูห้อยๆ และอยากให้มีมอมกว่านี้หน่อย เพราะไม่ได้ไปกินเรื่องใบหน้าเท่าไรแต่ห่วงเรื่องขามากกว่านี้ เพราะเป็นคนต้นขาใหญ่ และมีสะโพก พยายามออกกำลังกายให้กระชับ

เมื่อก่อนตอนเรียน ตาลน้ำหนัก 60 กิโลกรัมเลยนะ แต่พอได้มาสมัครประกวดมิสยูนิเวิร์สไทยแลนด์จึงมีแรงกระตุ้นแรงผลักดันในการลดน้ำหนัก จนตอนนั้นเหลือ 54 กิโลกรัม”

สำหรับเคล็ดลับในการลดน้ำหนักเธอแนะนำปิดท้ายว่า พยายามทำอาหารกินเอง เช่น ออกไปย่าง กินข้าวไรซ์เบอร์รี่ ออกกำลังกาย รับประทานน้ำหนักได้จริง โดยไม่มีอาการทิวไทย หากทานให้ครบทุกมื้อ และตรงเวลา.



สัมภาษณ์โดย ผู้จัดการ Lite โดย : สวิษฐา เขมพูพิทักษ์
ภาพ : จิรโชค พันทวี ขอบคุณภาพบางส่วนจาก อินสตาแกรม @namtanlitaa