

ตามติดวันว่าง “น้ำชา” ในวันสบายๆ กับเพื่อนรู้ใจที่ขาดไม่ได้!!



ปังสุดๆ ณ ตอนนี้ สำหรับสาว น้ำชา – ชีรณัฐ ยูสานนท์ เพราะคิวงานแน่นจนแทบกระดิกตัวไปไหนไม่ได้ แต่พอมีเวลาว่างปั๊บ นักร้องและนักแสดงสาวคนสวยไม่รอช้า ขอพักเบรกชีวิตด้วยการพักผ่อนอยู่บ้านสบายๆ สุดชิลด์กับกิจกรรมเบาๆ ด้วยการอ่านหนังสือเล่มโปรด พร้อมทำการบ้านเตรียมตัวกับบทละครเรื่องล่าสุด “เพียงชายคนนี้ไม่ใช่ผู้วิเศษ” ที่เจ้าตัวพลิกบทบาทครั้งสำคัญ มารับบทร้ายเปรี๊ยะปวดสุดใจครั้งแรกในชีวิต ประทับพระนางสุดฮอต เจมส์ มาร์ และ คิมเบอร์ลี่ แอน เทียมศิริ ของผู้จัด แอน ทองประสม ซึ่งเตรียมจะลงจอให้แฟนๆ ได้ชมทางช่อง 3 เร็วๆ นี้ วันนี้ พอมมีโอกาสสาวน้ำชาจึงขออัปเดตผลงาน รวมถึงวิธีผ่อนคลายความเครียดและดูแลตนเองให้มีความสุขในวันว่างๆ สไตล์สาวน้ำชากันด้วย

“วันว่างของชา จริงๆ ไม่ค่อยมีเท่าไร (หัวเราะ) แต่ถ้าว่างหรือมีวันสบายๆ ให้ได้พักผ่อน ก็จะเลือกอยู่บ้าน นั่งเล่นนอนเล่น อ่านหนังสือเล่มโปรด หรือว่าอัปเดตข่าวสารต่างๆ รวมถึงเตรียมงานสำหรับวันถัดไป อย่างตอนนี้ก็มีถ่ายละครอยู่เรื่อง “เพียงชายคนนี้ไม่ใช่ผู้วิเศษ” ทางช่อง 3 ค่ะ เล่นกับ เจมส์ มาร์ และ คิมเบอร์ลี่ โดยเรื่องนี้ชาจะเล่นเป็น “โสมมิกา” เป็นตัวร้ายเรื่องแรก แต่เป็นตัวร้ายที่คอยดำเนินเรื่อง จะทำให้ทุกคนปั่นป่วน ทำทนายมาก ซึ่งชาไม่เคยคิดที่จะทำอะไรแบบนี้เลย เพราะเราไม่เคยเล่นมาก่อน ยากเหมือนกัน แต่ก็อยากลองดู และพอลองแล้วก็คนละแบบกันเลยนะ เครียดกว่า ใช้พลังเยอะ ถ่ายละครจบไม่มีแรงทำอะไรต่อเลย (หัวเราะ) อย่างนี้ก็ซ้อม ท่องบท และตีความตัวละครสำหรับที่จะถ่ายวันถัดไป ถามว่าเบื่อไหม ก็ไม่นะคะ สนุกดี ชิลด์ๆ ทำไปเราก็อานขนมไปด้วย เพราะชาชอบทานคุกกี้มาก ติดตัวตลอด คุกกี้ที่ชอบมากๆ คือโอรีโอ โดยส่วนตัวรู้จักโอรีโอมานตั้งแต่เด็กค่ะ เพราะว่ากินบ่อย มันอร่อยด้วยรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์มากๆ ทำให้คนทั่วโลกติดใจมานับทศวรรษ เรียกว่าเป็นขนมของชาที่พกไปด้วยตลอดทั้งในรถและในกระเป๋า รวมถึงทั้งเดินทางไปเที่ยวหรือว่าไปถ่ายละคร ไปกองถ่าย หรือวันว่างๆ ของชา และคุกกี้ มินิ โอรีโอที่เพิ่งออกมาใหม่นี้ ก็เป็นอะไรที่ตอบโจทย์ชาจริงๆ เพราะชิ้นเล็กพอดีคำ กินง่าย ไม่หนักท้อง กินได้เรื่อยๆ อร่อยเพลินจนขึ้นสุดท้าย หหมดแล้วต้องทานต่อ ติดมาก เรียกว่าเป็นเพื่อนที่ขาดไม่ได้ในทุกๆ วันเลยนะ แถมยังหาซื้อง่ายที่ เซเว่น อีเลฟเว่นก็มี ราคาก็ไม่แพง แต่ช่วงไหนกินเยอะไปก็ต้องเบิร์นออกด้วยการออกกำลังกาย อย่างน้อยอาทิตย์ละ 2 ครั้ง ชา ก็พยายามทำตลอด เพราะชาจะไม่ค่อยมีเวลา ส่วนตัวเน้นวิ่ง และทำคาดิโอ รวมถึงมีบอดี้เวท เน้นกระชับ ให้ร่างกายได้สัดส่วน ก็อยากให้ทุกคนเอนจอยกับชีวิตให้มากที่สุด กินอาหารที่ดี ออกกำลังกาย ชับของเสียออก และทำอารมณ์ให้แจ่มใส พักผ่อนให้เพียงพอ เท่านั้นชีวิตก็มีความสุขแล้วนะ และก็ฝากเป็นกำลังใจให้ชากับละครที่มารับเล่นบทร้ายเรื่องแรกด้วยนะคะ คาดว่าแฟนๆ น่าจะชอบ เพราะชาก็ใส่เต็มค่ะ ทำให้ดีที่

สุด ออกอากาศราวเดือนเมษายนนี่ค่ะ นอกจากนี้ ก็มีละครเรื่อง “บุษบาหน้าตลาด” ด้วย คู่กับ หมอกุ้ง – สรวิชญ์ สุบุญ คิดว่าคงจะได้ชมเดือนมีนาคมนี้ และก็ตอนนี้ก็กำลังทำซิงเกิ้ลใหม่ด้วย แพลนไว้ว่าไม่เกินปลายปีนี้ได้ฟังกัน แน่ๆ อดใจรอหน่อยนะคะ และที่สำคัญฝากธุรกิจส่วนตัว เสื้อผ้าแบรนด์ “ซีรณัฐ” ซึ่งมีขายที่ห้างสรรพสินค้าเซน, ศูนย์การค้าเซ็นทรัลเวิลด์ และคริสตัล บูทีก สโตร์ด้วยนะคะ”

พบกับคุณก็ มินิ โอรีโอ อร่อย....ใหม่ ไซส์พอดีคำ กับมินิ โอรีโอขนาดของพกพา มี 2 รสชาติ ได้แก่ รสวานิลลาและ รสช็อกโกแลต ในราคาเพียง 10 บาท (ขนาด 23 กรัม) วางจำหน่ายแล้ววันนี้ เฉพาะที่ร้านเซเว่น อีเลฟเว่น เท่านั้น