

# สำนักพิมพ์ทรูไลฟ์แนะนำหนังสือ “ผอมสวยสั่งได้ By ลูกนก BabyBirdz” เผยเทคนิคลดน้ำหนักจากประสบการณ์ตรง สนุก ง่ายและได้ผล

สำนักพิมพ์ทรูไลฟ์ เวทีที่แจ้งเกิดคนดังจากโลกออนไลน์ ภายใต้การดำเนินงานของบริษัท ทรู ดิจิตอล คอนเท้นท์ แอนด์ มีเดีย จำกัด แนะนำพ็อคเก็ตบุ๊ก เล่มแรกของ ลูกนก – ณัฐนิชา เนตรมณีทิพย์ศิริ ใน “ผอมสวยสั่งได้ By ลูกนก BabyBirdz” เผยเทคนิคสำหรับผู้ที่ต้องการลดน้ำหนักแบบง่ายๆ ที่ได้ผลเร็ว และไม่ไฉยา เขียนจากเรื่องราวชีวิตจริงและประสบการณ์ตรงของเด็กสาววัย 21 ปีที่สร้างความฮือฮาให้กับคนในโลกออนไลน์ จากกระทู้สุดฮอตใน [www.pantip.com](http://www.pantip.com) ด้วยน้ำหนักตัว 131 กิโลกรัมที่ลดลงเหลือ 68 กิโลกรัมภายในเวลา 7 เดือน!! ทำให้เธอกลายเป็นที่รู้จักในวงกว้างเพียงชั่วข้ามคืน จนหลายรายการติดต่อเข้ามาสัมภาษณ์ไม่ว่าจะเป็น เช้าที่นี่หอม ชิต บอกล่าเก้าสิบ มดดำออนทิว แฉแต่เช้า เรื่องเล่าเช้านี้ เจาะข่าวเด่น และเธอยังตั้งแฟนเพจ BybyBirdz ที่มีคนเข้ามาด Like กว่า 30,000 คน เพื่อแชร์ประสบการณ์การลดน้ำหนักและตอบคำถาม ให้ผู้สนใจได้ลองทำดู



หนังสือ “ผอม สวย สั่งได้” บอกล่าถึงเรื่องราวชีวิตของลูกนก หญิงสาวที่เคยเป็น “คนอ้วน” มาตลอด 21 ปี เพื่อให้ผู้อ่านได้สัมผัสถึงมุมมอง ความคิด เหตุผล แรงบันดาลใจและวิธีการลดความอ้วนในแบบฉบับของเธอ ที่แม้คุณหมอยังต้องทึ่ง!! ด้วยวิธีการที่ได้ผลเร็วและไม่ไฉยา หรือสิ่งแปลกปลอมใดๆ หลายคนฟังดูอาจจะสงสัยและเป็นเรื่องยาก แต่ก็ก็เป็นเรื่องที่ทำได้และเป็นไปได้ ซึ่งเธอก็เป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จด้วยวิธีการเหล่านี้ จึงต้องการเผยแพร่เทคนิควิธีการต่างๆ ให้ผู้สนใจในวงกว้าง เพื่อเป็นแรงบันดาลใจให้กับทุกคนที่อยากเริ่มต้นลดน้ำหนักและเป็นการกำลังใจให้กับคนที่ลดน้ำหนักอยู่

หนังสือ “ผอม สวย สั่งได้” ไม่ใช่เป็นตำราให้ความรู้เรื่องการลดน้ำหนักในเชิงวิชาการ แต่จะเป็นการแนะนำวิธีการลดน้ำหนัก จากเรื่องน่าเบื่อและแสนยากให้กลายเป็นเรื่องที่น่าสนใจและง่ายขึ้น อัดแน่นด้วยเนื้อหาอ่านสนุก ภาษาที่เรียบง่าย อารมณ์ดี พร้อมตารางแคลอรีอาหารสำหรับเด็กหอย่างลูกนก พร้อมภาพประกอบตลอดเล่ม วางจำหน่ายที่ร้านหนังสือชั้นนำทั่วประเทศ ราคา 169 บาท ผู้สนใจ เข้าดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

<http://truelifebook.in.th>