

**En confiança**

# “He fet un màster d'optimitzar el temps”

**IVAN LABANDA** Actor multidisciplinari



Labanda dobla pel·lícules, és actor de teatre i de l'equip de Minoria Absoluta, treballa a la ràdio i posa la veu a anuncis publicitaris. SILVIA MORÉS

**MARIA FIGUERAS BONACHI**  
**DAVID RIOL CABREJAS**

L'Ivan reconeix que ha tingut un setembre que ha estat un infern. Tot i que es tracta d'un infern en el qual viuria. Des que va començar els assajos del musical *Scaramouche* dorm una mitjana de tres hores diàries. Perquè, a part dels entrenaments d'esgrima, les dues hores que passa a caracterització de *Polònia* i els desplaçaments en moto per Barcelona per anar als doblatges, han arrencat les temporades de *Polònia* i *Crackòvia*. Però no són els cafès, ni els suc de fruita, ni la **gelea real\*** que pren el que el mantenen despert. El que el fa aguantar amb energia és la seva vocació. Es considera un privilegiat.

La felicitat envolta la personalitat de l'Ivan Labanda. I hi és perquè estima la seva feina, perquè, com ell mateix reconeix, és “inca-

paç de desconnectar”. La clau per poder fer tantes coses és la capacitat que té per gestionar el temps. “El meu cap és un Excel”, assegura. Té la capacitat de planificar el seu dia a dia amb gran exactitud i això li permet saber on estan els seus límits i com s'ho ha de muntar per arribar a tot arreu a l'hora.

La passió pel seu treball es demostra en la seva indiferència per la fama. Té molt clar que el que més li agrada és fer feliç la gent i en la carrera d'actor ha trobat la possibilitat d'aconseguir-ho per a grans masses.

Se sent orgullós de fer-ho a casa. Una casa catalana que té moltes seues, perquè tot i que l'Ivan dorm als baixos d'un edifici de Gràcia, els platós i els escenaris s'han convertit en l'attrezzo de la seva vida. Tot i que el seu espai de temps lliure és limitat, quan parla de tots els projectes que té a les mans i dels que té pensats per al futur, la seva mirada es transforma en la d'un infant el dia de Reis.

La seva creativitat li permet jugar amb els diferents coneixements que va aprenent dia a dia. El fet que l'Ivan Labanda hagi treballat disciplines tan diferents l'ha portat a aprendre habilitats de tot tipus. La bona gestió d'aquestes eines li obre la porta per “afrontar les coses amb punts de vista que altres intèrprets no tenen”, tal com ell mateix afirma. “És com jugar a ser a *Matrix*”, afegeix tot rient mentre s'acaba la tassa de cafè...

**EL PODER DE LA FORÇA**

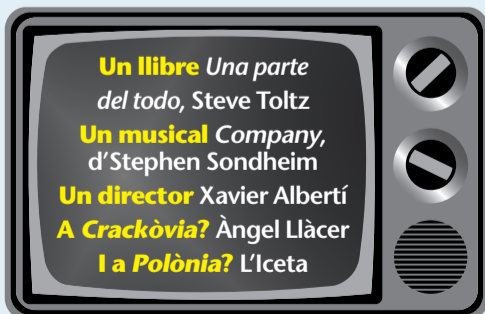
La casa de l'Ivan mostra la seva vessant més friki. Es reconeix com un profund admirador de la saga *Star Wars* i per això té el seu menjador ple de marxandatge de les pel·lícules.

**LA GUIA D'EN JORDI**

L'Ivan agraeix el suport que ha significat el seu germà (Jordi Labanda) en l'àmbit cultural. Si és capaç de moure's tan bé pel món de l'art és, en part, gràcies al popular il·lustrador.

**L'ART EN LES XARXES**

@ivanlabanda Instagram és la seva xarxa preferida perquè en les publicacions hi ha un treball creatiu al darrere. De fet, no li agrada gens el Facebook.



**Adreça't**

**GIRONA**

**Jazz català: Andrea Motis i Joan Chamorro**

Tres anys després d'unir-se, el mestre Chamorro i la hipnòtica veu de Motis tornen al festival Temporada Alta per presentar el seu nou disc. Una oportunitat per passar una vetllada acompanyats de jazz, bossa nova i swing.

QUAN 4 DE DESEMBRE

ON AUDITORI DE GIRONA

PREU 25 €

**BARCELONA**

**Meet&Speak!**

L'empresa Citylife Barcelona organitza Meet & Speak, trobades setmanals per conèixer gent d'arreu del món i practicar diferents idiomes. En un ambient relaxat i divertit podràs gaudir d'unes bones tapes en un ambient internacional.

QUAN CADA DIMECRES A LES

22.00 H

ON SHÔKO LOUNGE CLUB | PASSEIG MARÍTIM, 36

PREU GRATUÏT

**TARRAGONA**

**Concert Tan Fan**

Tan Fan Cafè organitza un concert amb quatre grups de música reconeguts nacionalment. Es tracta d'Izal, Miss Caffèina, Ñekü i Doble Rombo. S'obriran les portes a les set de la tarda per tal que comencin els concerts a les vuit.

QUAN 28 D'OCTUBRE

ON CAMP DE MART DE TARRAGONA

PREU 25 € + DESPESES - ANTICIPADA I 30 € - TAQUILLA

**LLEIDA**

**Passos de Gigant**

Cursa de muntanya amb dues modalitats: la de marató i la reduïda, de 16 km. El recorregut connecta diferents castells de la comarca a través de camins que passen tant per boscos com per trams de riquesa paisatgística. Imprescindible per als amants de l'skyrunning.

QUAN 6 DE NOVEMBRE

ON SOLSONA

PREU 20 € - 16 KM I 30 € - 42 KM

**cetrencada**

Aquesta publicació és el resultat del taller integrat on els estudiants de tercer de Periodisme de la Universitat Pompeu Fabra posen en pràctica els seus coneixements per crear productes propis:

<http://cetrencada.upf.edu>

**RÀDIO**

[www.upf.edu/upfradio](http://www.upf.edu/upfradio)

**TELEVISIÓ**

[www.btv.cat/alacarta](http://www.btv.cat/alacarta)

**ON-LINE**

[www.vilaweb.cat/cetrencada](http://www.vilaweb.cat/cetrencada)

(\*) **Gelea real:** suplement vitamínic que s'obté a partir d'un procés natural de les abelles.