



RELÆXT-VISNING: HÅNDBOK FOR SUPERHELTER

Kosmorama ønsker velkommen til Relæxt-visning av *Håndbok for superhelter* lørdag 7. mars kl 11:00 i Prinsen 4! Denne kinovisningen vil ha dempet belysning og litt lavere lyd, der man kan snakke, bevege seg, gråte, le og tikse fritt. Dette er "hysjefri" sone!

Filmen har aldersgrense 6 år og vises med norsk tale og norske undertekster.

Billetter i salg her:

<https://www.trondheimkino.no/showtime/1-106760-42355>

Velkommen til oss!

I denne guiden kan du lese om hvordan det er å komme på en Relæxt filmvisning hos Trondheim Kino. Vi håper den gir deg svar på spørsmål du måtte ha i forbindelse med ditt besøk hos oss. Vi ser fram til å møte deg!

Dersom du har spørsmål utover det du finner i denne guiden, er det bare å ta kontakt på e-post:

kino@trondheimkino.no

Hilsen alle oss i Trondheim Kino

Hva er en relæxt kinovisning?

- Det aller viktigste er at det er lov til å snakke, le, rope, gråte og tikse. Det eneste som ikke er lov, er å hysje – dette er en hysj-fri sone.
- Du kan gå inn og ut av salen når som helst.
- Lyden er noe dempet.
- Det er litt lys på i salen.
- Det er ansatt-verter til stede i salen under hele visningen for å assistere deg og være behjelpelig med det du trenger

Slik kommer du til Prinsen Kino

Prinsen Kino har adresse Prinsens gate 2 b, 7012 Trondheim.



Adkomst:

Med buss: nærmeste holdeplasser er «Nidarosdomen» om du tar bybuss, «Dronningensgate» om du tar regionbuss.

Med bil: vi har en liten parkeringsplass ved kinoen, men den blir fort full. Det er parkeringsmuligheter ved Leutenhaven P-hus og Torget P-hus, og det er en del gateparkeringsplasser relativt nær kinoen.

Med taxi: det enkleste er å ta taxi til enten Bispegata ved Comfort Hotell Park) eller Arkitekt Christies gate 8 (til parkeringsplassen ved kinoen).

Inngang

Hovedinngangen vår er fra Prinsens gate. Den er trinnfri og har automatisk dør. Den leder inn i foajeen.



Foaje

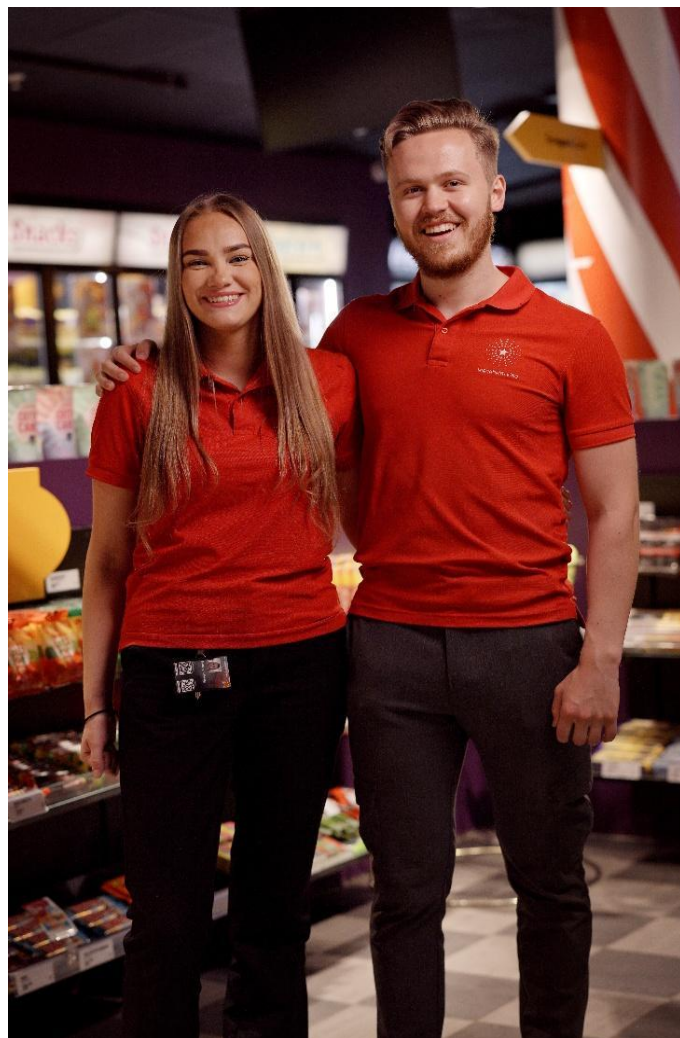
Det er god plass i foajeen. Her finner du kinokiosken hvor du får du kjøpt kioskvarer og kinobilletter. Kiosken er trinnfri. I kiosken er det alltid ansatte, de har rød t-skjorte eller genser med logo. Lurer du på noe, kan du spørre en av våre ansatte – vi hjelper deg gjerne.

Alle kioskvarer kan tas med inn i kinosalen.

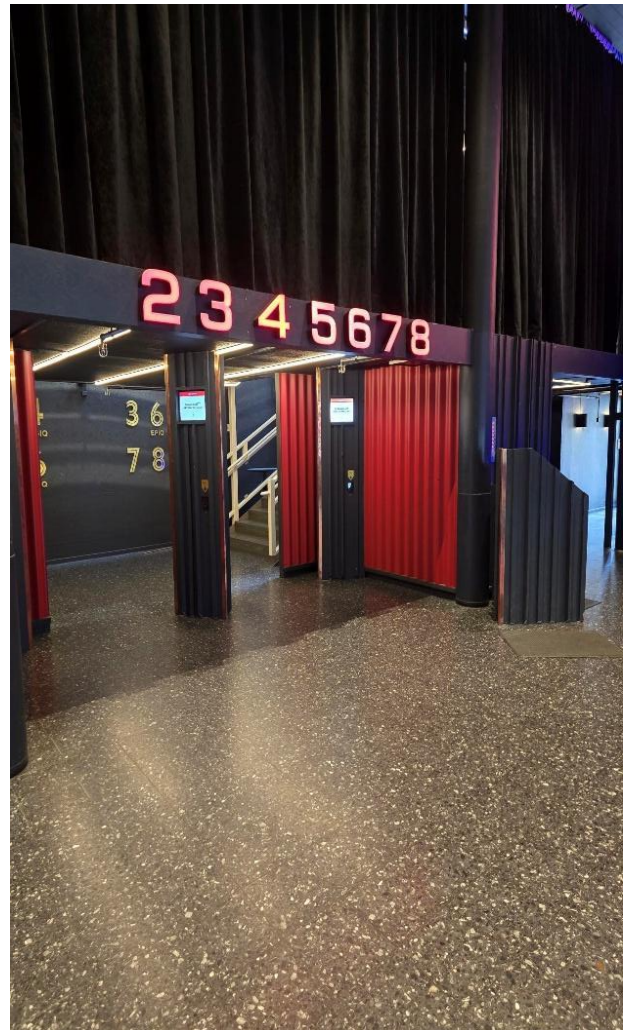
Handicaptoaletter og øvrige toaletter er til venstre i foajeen. Handicaptoalettet er åpent, så du slipper å spørre etter nøkkel.

I foajeen er det sitteplasser med og uten bord, og det er god plass til rullestoler, barnevogner og rullatorer. Vi har flere kinovisninger samtidig, så det kan være en del mennesker i foajeen og kiosken.

Denne relæxt-visningen foregår i sal 4, som er opp i 3. etasje. Dit kommer du via rampen til venstre i foajeen (se bilde til venstre under, inngang ved den røde veggen), eller via trapp som du finner i foajeens innerste del, til høyre når du kommer inn inngangsdøra (bilde til høyre under). Billettkontrollen foretas



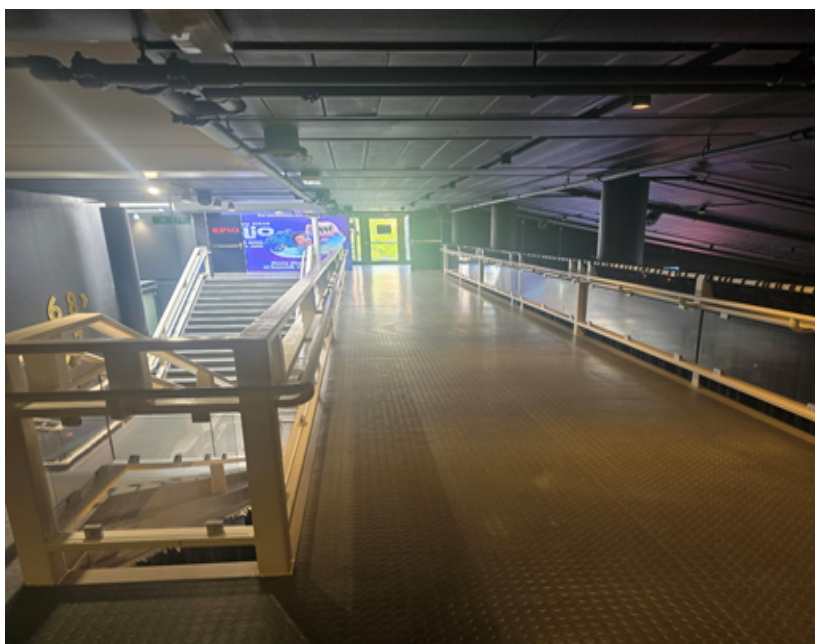
både ved inngangsdøra til salen, på toppen av rampen og ved trappa. Du kan gå inn i salen når 4-tallet er grønt. Ved trappa kan du scanne billetten din selv om du vil og det er også en ansatt der, mens ved rampen foretas kontrollen alltid av en ansatt.



Utenfor salen har vi et relæxt-område dersom du vil ta en pause før, under eller etter filmen. Du kan gå inn og ut av salen som du ønsker gjennom filmvisningen. Bruk da inn-/utgangen til høyre for lerretet.



Dersom du går ut av salen via døra til venstre i salen (når du ser mot lerretet) er det et handicapptalett i samme etasje, men det er to trappetrinn opp til gangen med dette toalettet (helt i enden av gangen på bildet under).



Trinnfritt toalett finnes i foajeen like til venstre for hovedinngangen.

Sal 4 Magiq

Filmen vises i sal 4. Dette er en av Magiq-salene våre, som har veldig gode seter og bord ved hvert sete.

Først kommer du inn i et lite rom, med dør inn til selve salen.

Dette rommet er der for at lyder fra korridoren ikke skal høres inn i salen. Før filmen er det lys i dette rommet, men når filmen er startet, er lyset av, slik at dersom man åpner døra, kommer det ikke lys inn som påvirker filmopplevelsen.

Salen har plass til 36 personer, men under denne visningen har vi begrenset antallet til cirka halvparten, slik at det skal være ekstra god plass. Det er nummererte seter, men om det er et sete som er ledig, kan du sette deg der om du vil.

Salen ligger i 3. etasje og har 36 seter fordelt på 4 rader. Inngang til salen er bakers på begge sider av salen. Dedikert plass for rullestol til venstre på rad 1. Bak bakerste rad er det en høy benk/hylle, og helt bakerst, mot veggen er det sittebenker.



FILM: Håndbok for superhelter



Om filmen *Håndbok for superhelter*

Filmen handler om 9 år gamle Lisa, som nettopp har flyttet til byen Rosenhill. Lisa sliter med å finne sin plass. Men en dag oppdager hun en bok som lærer bort superkrefter. Hun blir dermed superhelten Røde Maske som klarer å stoppe tyveriet av en sjelden mynt i samarbeid med de som mobber henne. Filmen er basert på de fire første bøkene i serien.

FILMFAKTA:

Sjanger: Animasjon

Tale: Norsk

Undertekster: norsk

Spilletid: 1 t 31 minutt

Regi: Patrik Forsberg

Land: Sverige/Norge

Produksjonsår: 2025

Aldersgrense med begrunnelse: Filmen har fått 6 år, da den har noen litt skumle scener som ikke passer for de aller minste og deler av filmen framstår noe mørk.

Noen av karakterene i filmen:

- Lisa: en 9 år gammel jente som blir mobbet på skolen
- Røde Maske: Lisa når hun er superhelt
- Wolfgang: Byens gansterkonge som skaper konflikter som Lisa må løse
- Rebekka: Wolfgangs medsammensvorne
- Max, Robert og Nick: Går i klassen til Lisa og de som mobber henne
- Caroline: Voksenkarakter i filmen
- Mormor: Lisas Mormor
- Ordfører Ellie Ask: Byens ordfører
- Olga og Oscar: to snakkende hamstere og Steve: er en snakkende måke

Dette skjer i filmen:



Lisa, flytter til byen **Rosenhill** hvor hun bor hos mormoren sin. På skolen blir hun mobbet av **Robert**, **Nick** og **Max**, fordi de syns hun har store ører.



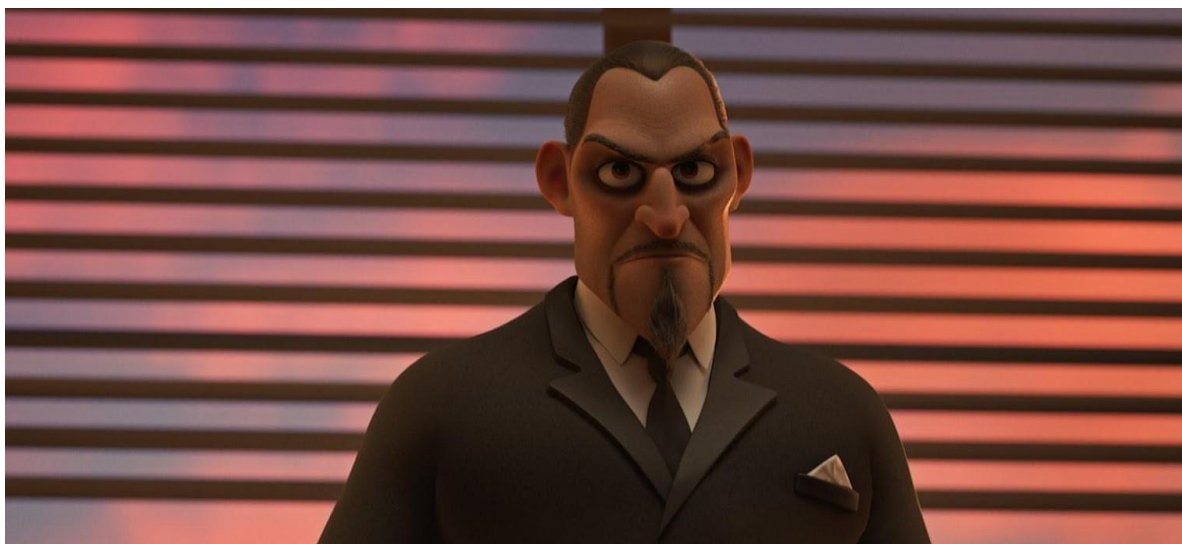
Lisa klarer å slippe unna mobberne ved å gjemme seg i et hull i bakken. Byen synker på grunn av gamle gruveganger under bakken og ordføreren fortviler, fordi hun mangler penger til å redde byen.



Lisa finner en mystisk bok på biblioteket: «**Håndbok for superhelter**». I håndboken står det at hvem som helst kan bli en superhelt om man bare trener nok.



Hun begynner i hemmelighet å trene superkrefter, blant annet **flyging, slåssing** og **teleportering**, og lager seg en maske – og blir **Røde Masken**.



Samtidig introduseres skurken **Wolfgang**, som leter etter en mytisk **gullmynt** som kan åpne en skjult skatt under byen.



Lisa får tak i den ettertraktede mynten...



...og lærer av **Steve, Oscar og Olga** (dyr som Røde Maske snakker med) at mynten egentlig skal brukes til å redde byen i «en tid i nød».

Hun bestemmer seg for å gi mynten til borgermesteren, men må først vokte den selv.



Wolfgang og hans medhjelper planlegger et angrep under en TV-sendt seremoni på rådhuset. Angrepet lykkes og borgermesteren blir kidnappet. Wolfgang truer med å sprengre hele Rosenhill hvis Røde Maske ikke kommer med mynten.



Lisa føler at hun ikke klarer dette alene.

Max, som tidligere var en av mobberne, avslører at han vet at Lisa er Røda Maske – og tilbyr hjelp.

Lisa, Max, dyrene og til slutt også de tidligere mobberne samarbeider for å redde borgermesteren og å stoppe Wolfgang. Lisa anerkjennes offentlig som helt, men understreker at hun **ikke var alene**.



I det skjulte skattkammeret konfronterer Lisa Wolfgang og får ham til å innse at hatet og hevn ikke vil gi faren hans ære.

Filmen avsluttes med at Lisa inviterer de andre barna til å trene sammen – fordi **det ikke er superkrefter som gjør deg til en superhelt, men valgene du tar**.