



100%



# upgrade!

Mediensprechstunde  
für Jugendliche, Erwachsene  
und deren Angehörige



**ZU VIEL ONLINE?**

**Sprich uns an: 05241/994070!**

**[hoffmann@caritas-guetersloh.de](mailto:hoffmann@caritas-guetersloh.de)**





100%



# upgrade! ist...

...ein Informations- und  
Beratungsangebot für Dich  
und Deine Familie.

Ansprechpartnerin:  
Karola Hoffmann Alves  
Tel. 05241-994070  
[hoffmann@caritas-guetersloh.de](mailto:hoffmann@caritas-guetersloh.de)

Caritasverband  
für den Kreis Gütersloh  
Roonstraße 22  
33330 Gütersloh  
[www.caritas-guetersloh.de](http://www.caritas-guetersloh.de)