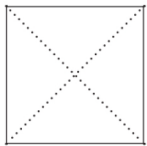
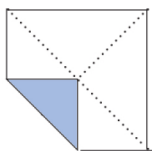


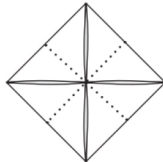
ਹਰੇਕ ਕੋਨੇ ਨੂੰ ਉਲਟ ਕੋਨੇ 'ਤੇ ਮੋੜੋ।



ਸਾਰੇ ਕੋਨਿਆਂ ਨੂੰ ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਮੋੜੋ।

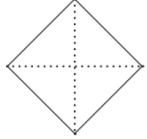


ਹੁਣ ਤੁਹਾਡਾ ਪੇਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

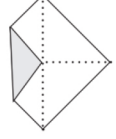


**Stigma Free
Lanarkshire**

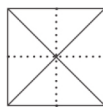
ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਲਟੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਫੋਲਡ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਹੋ ਜਾਣ।



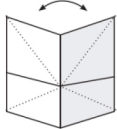
ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਲਟੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਫੋਲਡ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਹੋ ਜਾਣ।



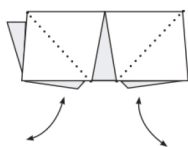
ਤੁਹਾਡਾ ਪੇਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਹੀਂ ਦਿਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।



ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਲੰਬਕਾਰੀ ਅਤੇ ਖਿਤਿਜੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆੱਧਾ ਮੋੜੋ।



ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਲੰਬਕਾਰੀ ਅਤੇ ਖਿਤਿਜੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆੱਧਾ ਮੋੜੋ।



ਮੁਕੰਮਲ

