

**Victims and Survivors of Crime Week  
Social Media Captions and Hashtags  
ਅਪਰਾਧ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਪੀੜਤ ਅਤੇ ਸਰਵਾਈਵਰ  
ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਲਈ ਸੁਰਖੀਆਂ ਅਤੇ ਹੈਸ਼ਟੈਗ**

**Captions for Instagram and Facebook Posts:  
ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ ਅਤੇ ਫੇਸਬੁੱਕ ਪੋਸਟਾਂ ਲਈ ਸੁਰਖੀਆਂ:**

1.

🕒 **ਅਪਰਾਧ ਹਫ਼ਤਾ 2025 ਦੇ ਪੀੜਤ ਅਤੇ ਸਰਵਾਈਵਰ।**

ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ, ਅਸੀਂ ਅਪਰਾਧ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤਾਕਤ, ਹੌਸਲੇ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੀ ਆਵਾਜ਼, ਕਹਾਣੀ ਅਤੇ ਤਜਰਬਾ ਮਾਅਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਇਕੱਠ ਹੋ ਕੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਾਂ ਜਿਹੜੇ ਅਪਰਾਧ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਬਚ ਗਏ ਹਨ।

2.

⚖️ **ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰੋ। ਸਹਿਯੋਗ ਦਿਓ। ਸਮਰੱਥ ਬਣਾਓ।**

ਹਰੇਕ ਸਰਵਾਈਵਰ (ਝੱਲ ਜਾਣ ਵਾਲੇ) ਉਸ ਉੱਪਰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕੀਤੇ ਜਾਣ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋਣ ਦਾ ਹੱਕ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ, ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਾਂ ਜਿੱਥੇ ਸਰਵਾਈਵਰ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ, ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਮਾਣ-ਸਨਮਾਨ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਪਹੁੰਚ-ਯੋਗ ਹੋਣ, ਅਤੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਇਕੱਲਾ ਨਾ ਛੱਡਿਆ ਜਾਵੇ।

3.

🤝 **ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ**

ਸਦਮੇ ਚੋਂ ਇਕੱਲਿਆਂ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਿਆ ਜਾਂਦਾ, ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਭਾਈਚਾਰਾ, ਸਬੰਧ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਦੁਆਰਾ ਦੇਖਭਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਸਰਦਾਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ, ਅਸੀਂ ਸਮੂਹਿਕ ਸਹਾਇਤਾ, ਵਕਾਲਤ, ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਹੜੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਰਵਾਈਵਰਾਂ ਦੀ ਹਰ ਕਦਮ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਕੱਠੇ ਮਿਲ ਕੇ, ਅਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਸਮਰੱਥ ਥਾਵਾਂ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿੱਥੇ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ।

4.

🗣️ **ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੋਈ ਰਿਆਇਤ ਨਹੀਂ ਹੈ - ਇਹ ਇੱਕ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।**

ਹਰ ਕੋਈ ਘਰ ਵਿੱਚ, ਜਨਤਕ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਅਪਰਾਧ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਪੀੜਤ ਅਤੇ ਸਰਵਾਈਵਰ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਸੁਣਨ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

5.

♥ ਜਦੋਂ ਸਰਵਾਈਵਰ ਬੋਲਦੇ ਹਨ, ਅਸੀਂ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ।

ਨੀਤੀ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਤੱਕ, ਸਭ ਤੋਂ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਹੱਲ ਹੰਢਾਏ ਹੋਏ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ, ਅਸੀਂ ਸਰਵਾਈਵਰਾਂ ਅਤੇ ਪੀੜਤਾਂ ਦੀ ਬਹਾਦਰੀ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਦਰਦ ਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਬਦਲਦੇ ਹਨ।

## Hashtag List:

### ਹੈਸ਼ਟੈਗ ਸੂਚੀ:

| English text                    | Punjabi transliteration        | Punjabi translation         |
|---------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|
| #VictimsWeek2025                | #ਵਿਕਟਮਜ਼ਵੀਕ2025                | #ਪੀੜਤਾਂਦਾਹਫ਼ਤਾ2025          |
| #VictimsAndSurvivorsOfCrimeWeek | #ਵਿਕਟਮਜ਼ਅੈਡਸਰਵਾਈਵਰਜ਼ਆਫਕਰਾਈਮਵੀਕ | #ਅਪਰਾਧਹਫ਼ਤੇਦੇਪੀੜਤਅਤੇਸਰਵਾਈਵਰ |
| #VSCPW2025                      | #ਵੀਐੱਸਸੀਪੀਡਬਲਿਊ2025            | #ਵੀਐੱਸਸੀਪੀਡਬਲਿਊ2025         |
| #VSCPW                          | #ਵੀਐੱਸਸੀਪੀਡਬਲਿਊ                | #ਵੀਐੱਸਸੀਪੀਡਬਲਿਊ             |
| #CrimePrevention                | #ਕਰਾਈਮਪਰਵਿਨਸ਼ਨ                 | #ਅਪਰਾਧਦੀਰੋਕਥਾਮ              |
| #ThePowerOfCollaboration        | #ਦਾਪਾਵਰਆਫਕੁਲੈਬੋਰੇਸ਼ਨ           | #ਸਹਿਯੋਗਦੀਸ਼ਕਤੀ              |
| #BelieveSurvivors               | #ਬਲੀਵਸਰਵਾਈਵਰਜ਼                 | #ਸਰਵਾਈਵਰਾਂ‘ਤੇਵਿਸ਼ਵਾਸਕਰੋ     |
| #BreakTheSilence                | #ਬਰੇਕਦਾਸਾਈਲੈਂਸ                 | #ਚੁੱਪਤੇੜੋ                   |
| #EndViolence                    | #ਐਂਡਵੋਇਲੈਂਸ                    | #ਹਿੰਸਾਦਾਅੰਤਕਰੋ              |
| #StopTheHarm                    | #ਸਟਾਪਦਾਹਾਰਮ                    | #ਨੁਕਸਾਨਰੋਕੋ                 |
| #ActionForChange                | #ਐਕਸ਼ਨਫਾਰਚੇਂਜ                  | #ਤਬਦੀਲੀਲਈਕਾਰਵਾਈਕਰੋ          |
| #HonourTheVoices                | #ਆਨਰਦਾਵੋਇਸਸ                    | #ਆਵਾਜ਼ਾਂਦਾਸਨਮਾਨਕਰੋ          |
| #SurvivorCentred                | #ਸਰਵਾਈਵਰਸੈਂਟਰਡ                 | #ਸਰਵਾਈਵਰਾਂ‘ਤੇਫੋਕਸ           |
| #Allyship                       | #ਐਲਾਏਸ਼ਿੱਪ                     | #ਇੱਕਜੁੱਟਤਾ                  |
| #Empowerment                    | #ਇਮਪਾਵਰਮੈਂਟ                    | #ਸਮਰੱਥਬਣਾਓ                  |
| #Believe                        | #ਬਲੀਵ                          | #ਵਿਸ਼ਵਾਸਕਰੋ                 |

This event was funded by the Victims Fund, a grants and contributions program administered by the Department of Justice Canada. Funds are available to provinces, territories and non-governmental organizations for programs and services that give victims and survivors of crime a more effective voice in the criminal justice system. For more information about the Victims Fund, please visit: <http://www.justice.gc.ca/eng/cj-jp/victims-victimes/>

For more information on Victims and Survivors of Crime Week, visit: [www.victimsworld.gc.ca](http://www.victimsworld.gc.ca)