



Private Safety Guide

A discreet guide for documents, money, phone privacy and safer support routes.

A discreet guide for reading quietly.

Control does not always begin with shouting. It can look like a passport held “for safety”, a phone that is checked, money you cannot use freely, or threats about immigration. You do not have to solve everything today; safety comes first.

[GOV.UK domestic abuse help](#)

[Citizens Advice](#)

[Women's Aid](#)

DOCUMENTS

MONEY

PHONE

MOVEMENT



If immediate danger exists, use emergency services now. If not immediate, plan quietly before confrontation.

ID

Document control

Passport, visa records, certificates, children's papers or bank cards kept by someone else.

£

Money control

No free access to wages, study money, benefits, bank cards, food, transport or essentials.



Digital privacy

Phone, location, WhatsApp, email or browser history checked. Use a safer device for sensitive searches.



Safety planning

Specialist services can help you think before taking a risky step.



Your quiet safety page

Small private steps before bigger decisions.

Your quiet safety page

Small steps that protect privacy before bigger decisions.

Quiet actions

- 1 Use a trusted phone/device for sensitive searches if your device is monitored.
- 2 Memorise or safely store one support contact.
- 3 Keep private document copies only if safe to do so.
- 4 Avoid confrontation if it could increase risk.
- 5 Speak to specialist domestic abuse or legal-advice services before a risky move.

Words to use

"I need help planning safely and privately."

"My documents or money are being controlled, and I am worried about risk."

"Please do not call back unless I confirm it is safe."

Sources and limits

[GOV.UK domestic abuse help](#)

[Citizens Advice](#)

[Women's Aid](#)

General information only — not legal, medical or immigration advice. Last checked: 2026-09-12



دليل الأمان الخاص

دليل هادئ للأوراق والمال وخصوصية الهاتف وطرق الدعم الأكثر أماناً.

المال

الأوراق

الحركة

الهاتف

دليل هادئ للقراءة الخاصة.

السيطرة لا تبدأ دائماً بالصراخ. قد تظهر في جواز "محفوظ للأمان"، هاتف يتم تفتيشه، مال لا تستخدمينه بحرية، أو تهديدات عن وضعك القانوني. لا تحتاجين إلى حل كل شيء اليوم؛ السلامة أولاً.

[GOV.UK domestic abuse help](#)

[Citizens Advice](#)

[Women's Aid](#)

إذا كان الخطر فورياً، استخدمي خدمات الطوارئ الآن. إذا لم يكن فورياً، خططي بهدوء قبل المواجهة.



السيطرة على المال

لا وصول حر للراتب أو مال الدراسة أو الدعم أو البطاقة أو الطعام أو المواصلات.



السيطرة على الأوراق

جواز، تأشيرة، شهادات، أوراق أطفال أو بطاقات بنك يحتفظ بها شخص آخر.



تخطيط السلامة

الخدمات المتخصصة تساعدك على التفكير قبل خطوة قد تزيد الخطر.



الخصوصية الرقمية

تفتيش الهاتف أو الموقع أو واتساب أو البريد أو سجل المتصفح. استخدمتي جهازاً آمناً للبحث الحساس.





صفحة الأمان الهادئة

خطوات خاصة صغيرة قبل القرارات الأكبر.

صفحة الأمان الهادئة

خطوات صغيرة لحماية الخصوصية قبل القرارات الأكبر.

كلمات يمكنك استخدامها

"أحتاج إلى مساعدة للتخطيط بأمان وخصوصية."

"يتم التحكم في أوراقي أو مالي، وأنا قلقة من الخطر."

"من فضلك لا تتصلوا بي إلا إذا أكدت أن الاتصال آمن."

المصادر والحدود

[GOV.UK domestic abuse help](#)

[Citizens Advice](#)

[Women's Aid](#)

معلومات عامة فقط — وليست بديلاً عن المشورة القانونية أو الطبية أو
مشورة الهجرة. آخر مراجعة: 12-09-2026

خطوات هادئة

1 استخدم هاتف أو جهاز موثوق للبحث الحساس إذا كان جهازك مراقباً.

2 احفظي رقم دعم واحد أو خزنيته بطريقة آمنة.

3 احتفظي بنسخ خاصة من الأوراق فقط إذا كان ذلك آمناً.

4 تجنبني المواجهة إذا كانت قد تزيد الخطر.

5 تحدثي مع خدمة عنف منزلي أو نصيحة قانونية قبل خطوة خطيرة.