



भारत सरकार
GOVERNMENT OF INDIA
वित्त मंत्रालय, राजस्व विभाग
MINISTRY OF FINANCE, DEPARTMENT OF REVENUE
सतारकता महानिदेशालय, अप्रत्यक्ष कर व सीमा शुल्क
Directorate General of Vigilance, Indirect Taxes & Customs
सम्राट होटल, चाणक्यपुरी, नई दिल्ली-110021
Samrat Hotel, Chankyapuri, New Delhi-110021

परामर्श - संबंधी/ Advisory

कृपया सावधान रहें / Pl be careful :

- दिन में कई बार अपने हाथों को 20 सेकंड तक साबुन व पानी से धोएँ।
Always wash your hands with soap and water for minimum twenty seconds.
- यदि सेनीटाइज़र का प्रयोग कर रहे हैं तो सुनिश्चित कर लें कि इसमें 60% या इससे अधिक अल्कोहल हो।
If sanitiser, it must contain 60% alcohol.
- यदि किसी व्यक्ति को बुखार है या वह खाँस या छींक रहा है तो उससे कम से कम 2 मीटर की दूरी बना कर रखें।
Maintain minimum two metres distance from someone coughing, sneezing, feverish.
- कृपया भीड़ में ना जाएँ व भीड़ भाड़ वाले स्थान जैसे होटल, मॉल आदि से दूरी बनाएँ।
Avoid gathering, crowded places, hotels, malls.
- अपनी आँख, नाक व चेहरे को ना छुएँ।
DO NOT touch your eyes, nose, mouth
- हर एक घंटे में या जैसा संभव हो गरम पानी पीते रहें।
Keep sipping warm water every hour or so.
- अनावश्यक यात्रा से बचें।
Avoid unnecessary travel.
- यदि आपको खाँसी अथवा जुकाम है तो अपने चेहरे को कवर करके रखें।
If coughing or sneezing, cover your mouth.
- खूब पानी व तरल पेय पिएँ।
Keep well hydrated.
- मांसाहारी खाद्य पदार्थों का सेवन ना करें। फल व सब्जियाँ खाएं जैसे नींबू, संतरे आदि।
Avoid non-veg. Eat fruits and vegetables like lemon, oranges.
- ठंडे व बासी खाने से बचें।
Avoid cold food.
- नियमित रूप से कपड़ों को धोएँ।
Wash clothes regularly.
- कमरा साफ व हवादार बनाएँ।
Keep room ventilated and clean.
- साफ सफाई का विशेष ध्यान रखें।
Maintain hygiene.