

প্রতিধ্বনি

বাংলাদেশ মেডিকেল সোসাইটি অব নিউ সাউথ ওয়েলস, অস্ট্রেলিয়া



Annual Dinner and Cultural Program 2018

Bangladesh Medical Society of NSW





Bangladesh Medical Society of NSW

Annual Dinner & Cultural Program

2018

Working group for Annual Dinner, Cultural program and publication 2018:

- *Dr Motiur Rahman*

- *Dr Md Mirjahan Mia Maju*

- *Dr Sayek Khan*

- *Dr Sabbir Siddique*

- *Dr Shaila Islam*

- *Dr Kazi Shahriar Rana*

- *Dr Irene Kabir*

- *Dr Mehedi Farhan*

- *Dr Rashid Ahmed*

- *Dr Rokeya Ibrahim Fakir*

- *Dr Shafiqur Rahman*

- *Dr Jessie Chowdury*

- *Dr Fakhrul Islam*

- *Dr Khaledur Rahman*

- *Dr Zakir Parvez*

- *Dr Jesmin Shafiq*

and

- *Dr Mohammad Fazle Rabbi*



HIGH COMMISSIONER



HIGH COMMISSION FOR THE PEOPLE'S REPUBLIC OF BANGLADESH
CANBERRA

16 March 2018

Message

I am delighted to learn that Bangladesh Medical Society of NSW (BMS of NSW), an organization of doctors of Bangladesh origin living in Australia has come a long way since its establishment in August 2010. I deeply appreciate the endeavours and efforts of the society to promote and protect interests of young Bangladeshi doctors in Australia.

I am also happy to learn that BMS of NSW is engaged with educational, social and humanitarian activities both in Australia and Bangladesh that contributes to greater awareness and trust building between peoples of Bangladesh and Australia.

I take the opportunity to congratulate all members of BMS, NSW on the occasion of its 8th Annual dinner and cultural program and wish everyone continued prosperity and success in coming years. I note with admiration publication of the annual Magazine "Protidhoni". I hope such initiatives will help build positive image of Bangladesh in Australia.

Mohammad Sufiur Rahman



President's Message

Welcome to all.

It has been nearly a decade since BMS-NSW has been established. We are now a large family of more than 250 registered doctors under this umbrella. I have had the privilege of serving BMS-NSW from its inception as a General Secretary to my current position as a President. I am thankful to the current and past EC members and of course all the other doctors outside the committee who are always actively helping us in accomplishing our duties. We are still far away from achieving our goals but we are all working hard.

Employment for an IMG from Bangladesh has become an extremely difficult issue—it is like as we say in Bangla-Shonar Horeen. The Golden deer. I have heard so many stories of struggle and hardship from these IMGs that sometimes we do have to sit down and think hard as to what else we can do to give these AMC examination qualified doctors a fighting chance so that they gain proper employment and redeem their dignity. I hope the formation of the Federation will help in achieving this goal.

BMS NSW has also helped our local communities and offered financial support in various natural disasters in Bangladesh. Our Benevolent fund has been actively helping our members during their personal, social and financial needs.

Our excellent education subcommittee has worked hard in providing training and education for these new IMGs and AMC candidates.

Our enthusiastic cultural subcommittee has organised quite a few extremely enjoyable concerts, dinners, picnics and get togethers. They have provided us with some very enjoyable times which we all need to relax after our busy days.

I also like to mention our publication subcommittee who have successfully published our second edition of Protidhoni. I thank all the doctors who helped us in provision of the funds to do so.

BMS NSW is a great platform for all of us to work together so that we can share our knowledge, voice our rights for the employment of IMGs and of course help each other as a community.

Thank you

Dr Motiur Rahman

President

BMS-NSW





General Secretary's Message

সুধী,
সালাম ও শুভেচ্ছা

চি

কিংসা সেবা ও কর্মক্ষেত্রের পাশাপাশি সাহিত্য ও সংস্কৃতি বিকাশে সামাজিক দায়িত্ব অনস্বীকার্য, সচেতন প্রতিটি মানুষের জন্যই। আমরা যারা সংগঠন করি তাঁদের ক্ষেত্রে এ বিশ্বাস আরও দৃঢ়তর! আমি বাংলাদেশ মেডিক্যাল সোসাইটি অব নিউ সাউথ ওয়েলস

(বিএমএস)-এর সাথে সম্পৃক্ত বেশ কয়েক বছর যাবৎ, আমাকে সাধারণ সম্পাদক নির্বাচিত করার জন্য বিএমএস-এর সকলকে আন্তরিক ধন্যবাদ ও কৃতজ্ঞতা।

বিএমএস একটি পরিবার। এখানে আমরা প্রত্যেকেই প্রত্যেকের জন্য। গত বছর আমরা চেষ্টা করেছি বিএমএস-এর সবগুলো লক্ষ্য পূরণের জন্য, এরমধ্যে অন্যতম বার্ষিক নৈশভোজ, সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান, সায়েন্টিফিক মিটিং, বার্ষিক বনভোজন ও অন্যান্য।

বিএমএস সূচনালগ্ন থেকেই নিউ সাউথ ওয়েলস রাজ্যে বসবাসরত বাংলাদেশী বংশোদ্ভূত অস্ট্রেলিয়ান ডাক্তার ও দেশ থেকে সদ্য অভিবাসন নিয়ে আসা প্রত্যেক ডাক্তারদের বিভিন্নভাবে সহযোগিতা করে আসছে, এবং ভবিষ্যতেও সেই ধারাবাহিকতা বজায় থাকবে।

আমি বিশেষভাবে উল্লেখ করতে চাই, বিএমএস-এর একটি পূর্ব উদ্যোগ ছিলো দেশ থেকে আসা নতুন ডাক্তারদের উচ্চশিক্ষা স্বর্ণ দিয়ে সহযোগিতা করা। সকলের সম্মিলিত প্রয়াসে গতবছর থেকে আমরা এ উদ্যোগটি বাস্তবায়িত করতে পেরেছি।

বিএমএস-এর অন্যান্য কর্মকান্ডের মধ্যে উল্লেখযোগ্য হচ্ছে কিবরিয়া-আপিল, যার মাধ্যমে তহবিল সংগ্রহ করে একজন বাংলাদেশীর লাশ দেশে ফেরত পাঠানোতে সহায়তা করা হয়। বাংলাদেশে বন্যাদূর্গতদের জন্য তহবিল সংগ্রহ, রোহিঙ্গাদের সাহায্যার্থে তহবিল সংগ্রহ করা হয়েছে। এছাড়াও বিএমএস-এর প্রায় প্রত্যেক সদস্য বিভিন্নভাবে চ্যারিটি সংগঠনের সাথে যুক্ত রয়েছেন।

উপরোক্ত প্রতিটি কর্মকান্ড আমরা সফলভাবে করতে পেরেছি সকলের সহযোগিতার মাধ্যমে। সদস্যদের সৃজনশীল ও মননশীল রচনার মাধ্যমে প্রথমবারের মত বিএমএস-এর উদ্যোগে স্মারক প্রকাশিত হয় গত বছর। প্রত্যেকের সৃষ্টিশীল কাজের স্মারক হিসেবে ম্যাগাজিনের গুরুত্ব অপরিসীম। তাই, এরই ধারাবাহিকতা রেখে এবারও উদ্যোগ গ্রহন করেছি ম্যাগাজিন প্রতিধ্বনি প্রকাশনার। আমি সবাইকে ধন্যবাদ জানাই এই কাজে সহযোগিতা করার জন্য। যারা লেখা দিয়েছেন এবং স্পন্সর করেছেন বিএমএস -এর পক্ষ থেকে সবাইকে আন্তরিক ধন্যবাদ।

পারস্পরিক সহাবস্থান, ক্রীড়া, সাহিত্য ও সৃজনশীল সাংস্কৃতিক কর্মকান্ড অনুশীলনের মাধ্যমে সৃষ্টি হয় ভ্রাতৃত্ব ও সৌহার্দ্যের সেতুবন্ধন। আর এ বন্ধনে কাঁথিত স্বপ্নের বাস্তবায়ন সহজ হয়। আর এরই ধারাবাহিকতা ভবিষ্যতেও অব্যাহত থাকবে। পরিশেষে, বিএমএস-এর উত্তোরন্তর সাফল্য ও সর্বাঙ্গীন মঙ্গল কামনা করছি।

বিএমএস-এর প্রত্যেক সদস্য ও তাঁদের পরিবারবর্গ, সংশ্লিষ্ট সকলকে আবারও আন্তরিক অভিবাদন ও শুভেচ্ছা।

ডাঃ মোঃ মীরজাহান মিয়া মাজু

সাধারণ সম্পাদক

বাংলাদেশ মেডিকেল সোসাইটি অব নিউ সাউথ ওয়েলস

সিডনি-অস্ট্রেলিয়া





Editorial

Hello Again! Here we are, back in the scene with the 2nd edition of “Protidhoni”.

Being a part of editorial board of Bangladesh Medical Society of NSW annual magazine – “Protidhoni”, it gives me great pleasure to bring to you this issue. But it was not an easy task for me to carry my responsibilities smoothly due to the vast and diverse amount of works associated in making this magazine to the level that will be acceptable to all. I am blessed enough to get an extremely good, dedicated and hardworking editorial board and art and design team. I extend my personal thanks to Dr Rabbi, Dr Moti, Dr Maju and Dr Sayek for their unconditional support.

“Protidhoni” is designed to its readers the year’s events that gone by. We have also made an attempt to bring out the talent concealed within our BMS of NSW members and their families. This issue includes articles, poems, memoirs, a host of other things and an innovative idea. We express our considerable appreciation to all the authors of the articles in this magazine. These contributions have required a generous amount of time and effort. Thank you all!

Putting together a magazine is a group effort. We profusely thank the executive committee of BMS of NSW for giving support and encouragement and a free hand in this endeavour. We also thank all sponsors and other people who have extended a helping hand in successfully making the magazine.

Last but not the least we are extremely thankful for all of you, our readers. You inspire us to continue to do what we love.

Stay with us – expect more!

Dr Fakhruul Islam
Publication Secretary
Bangladesh Medical Society of NSW





Kvj Pvi vj Ges tmm'vj I tqj t dqvj tm t p Uvi xi e³e"

আজ নিজেকে গর্বিত মনে হচ্ছে আমাদের প্রতিধ্বনির দ্বিতীয় প্রকাশনা উৎসবে। একটা নতুন কিছু শুরু করা যতটা কঠিন তাকে সাফল্যের সাথে এগিয়ে নেওয়াও কিম্বদন্তি কম কঠিন নয়। সেই সাফল্যের অনুপ্রেরণা আমরা পাই ইতিহাস খ্যাত Socrates এর বাণী থেকে। এক যুবক যখন প্রশ্ন করলো 'What is the secret to success?' Socrates উত্তর দিয়েছিলেন 'The secret is you have to want it'। আমরা শক্তভাবে চেয়েছিলাম তাই আমরা প্রবল আনন্দে প্রতিদ্বন্দ্বিতা জীবিত রাখতে সক্ষম হয়েছি। আমাদের মাঝে কিছু নিবেদিত প্রাণ মানুষকে বিশেষভাবে ধন্যবাদ না দিলে অন্যায় হবে - মাজু ভাই, মতি ভাই, ফখরুল ভাই আর আমাদের প্রিয় রাব্বি সহ অনেককে।

আমরা যেমন বাঙ্গালি তেমনি আমরা Australian. অতীতের টানকে যেমন ভুলতে পারিনা বর্তমানকেও তেমনি আঁকড়ে থাকি। তাইতো যখন Opera House এর গোড়ায় কোন এক বসন্তের সন্ধ্যায় আড্ডার ছলে কোমল হাওয়ায় শান্তিতে চোখ বুজি তখনই মনের কোনে ভেসে উঠে সবুজ বাংলার সোনালী ধানখেতে আর গ্রামের ঝিলে ছোট নৌকায় আনন্দ ভরা দিন গুলি। আর তাইতো আমরা দুই ভাষায় আর দুই রঙেই সাজিয়েছি প্রতিদ্বন্দ্বিতা।

অনেক অনেক ধন্যবাদ আপনাদের সবাইকে যাঁরা বিভিন্ন ভাবে আমাদের সহায়তা করেছেন। আশাকরি আমরা এই প্রচেষ্টা প্রতি বছর সমুন্নত রাখতে পারব।

ধন্যবাদ সবাইকে

সায়েক খান

কালচারাল এবং সোস্যাল ওয়েলফেয়ার সেক্রেটারি

বাংলাদেশ মেডিকেল সোসাইটি অব নিউ সাউথ ওয়েলস

সিডনি-অস্ট্রেলিয়া





ডে-মারুণ কখ

এটা খুব ভালো লাগছে যে প্রতিদ্বন্দ্বিতা দ্বিতীয় বর্ষে পদার্পন করলো। মতি এবং মাজু ভাই এর প্রতি কৃতজ্ঞতা প্রতিদ্বন্দ্বিতার দ্বিতীয় সংখ্যায় আমাকে কাজ করার সুযোগ দেয়ার জন্য। এই প্রকাশনার কাজে মাজু ভাই এর আন্দোলন রিকতা আর নিরলস প্রচেষ্টার সফল ফসল এই প্রতিদ্বন্দ্বিতা। প্রতিদ্বন্দ্বিতা এখন সফল ভাবে এখানের ডাক্তার সমাজের সগৌরব প্রতিনিধিত্ব করছে।

গতবছর নতুন মেরিন ড্রাইভ ধরে যাচ্ছিলাম কক্সবাজার থেকে টেকনাফে। আমার দেশের অভাবনীয় দৃশ্যে আমি মহা অভিভূত। তখন একটার পর একটা ছবি তুলছিলাম। তার মধ্যে একটা ছবি দিয়ে এবারের প্রতিদ্বন্দ্বিতার প্রচ্ছদ। অস্ট্রেলিয়ার প্রবাস জীবনে আমার বাংলাদেশ আমার প্রাণের সাথে মিশে আছে। আমার মতো সবারই তাই।

সত্যি কথা বলতে, আমাদের অতি ব্যস্ত জীবন ধারায় মধ্যেও যারা লেখা দিয়ে, বিজ্ঞাপন শুভেচ্ছা দিয়ে যেভাবে অংশগ্রহণ করেছেন সেটা অভাবনীয়। ভবিষ্যতে সবার অংশগ্রহণ আরো বাড়বে, প্রতিদ্বন্দ্বিতা এবং ইগকা আরো সমৃদ্ধ হবে সবার দৃষ্ট পদচারণায়, এই প্রত্যাশা।

ডাঃ মোহাম্মদ ফজলে রাব্বি

বাংলাদেশ মেডিকেল সোসাইটি অব নিউ সাউথ ওয়েলস
সিডনি-অস্ট্রেলিয়া





Massege from FBMSA President

I would like to congratulate the Publication Secretary Dr Fakhrul Islam, Cultural & Social Welfare Secretary Dr Sayek Khan and General Secretary Dr Mirjahan Maju along with their sub-committee members to have undertaken this arduous task in publishing BMS NSW's megazine "Prothitdhoni" for the second consecutive year.

The first edition was a versatile publication ranging from poetry, life experiences, our parents with true human spirit, our language and our heritage. Both our Doctors and our children participated in it making it a truly family affair.

BMS NSW has come a long way. It is a robust organization with lot of talents outside medicine. We can sing, recite poetry and at the same time, teach and help our young Doctors and also engage ourselves in community activities both in Australia and in Bangladesh.

Although we are from Bangladesh, we have now called Australia home. We adjust and adopt both at our workplace and at home while we communicate with our children!

BMS NSW has volunteered to host the Inaugural Federation Convention and Scientific meeting on April 7, 2018. On behalf of the Federation of Bangladesh Medical Societies of Australia (FBMSA) I would like to extend our gratitude to Dr Matiur Rahman, President and members of the Executive committee of BMS NSW.

Finally I would wish the Cultural event "an evening to remember".

Dr Ayaz Chowdhury
President

Federation of Bangladesh Medical Societies of Australia.

EXECUTIVE COMMITTEE 2016-2018



Dr Motiur Rahman
President



Dr Mirjahan Maju
General Secretary

Vice presidents:



Dr Rashid Ahmed



Dr Shafiqur Rahman



Dr Sabbir Siddique



Dr Medhi Farhan
Joint Secretary



Dr Kazi Shahriar Rana
Joint Secretary



Dr Jesmin Shafiq
Treasurer



Dr Shaila Islam
Organising Sec



Dr Fakhrul Islam
Publication Sec



Dr Sayek Khan
Social Welfare & Cultural sec



Dr Nazmun Nahar
Education Sec

MEMBERS



Dr Jessie Chowdhury



Dr Ayaz Chowdhury



Dr Sareef Ud Dowla



Dr Amin Mutasim



Dr Ayesha Abedin



Dr Khaledur Rahman



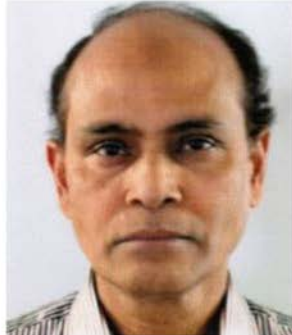
A/Prof Reza Ali



Dr Zakir Hossain Parvez



Dr Irene Kabir



Dr Rafiqur Rahman Babul



Dr Shamsul Alam Babu



Dr Moinul Islam



Dr Mamun Chowdhury



Dr Jannatun Nayim



Dr Shafiqul Chowdhury



Dr Hussain Ahmed

এই মন তোমাকে দিলাম

Annual Dinner & Cultural Program 2018
with **Sabina Yasmin**



Saturday 7th April 2018
From 6.00 pm till midnight

Orion Function Centre
155 Beamish st
CAMPSIE NSW 2194



Bangladesh Medical Society
of New South Wales (NSW)

Dr Motiur Rahman **Dr Mirjahan Maju** **Dr Sayek Khan**
0401688861 **0422343151** **0439159050**

bluecube.com.bd

A Gift of Generosity- My Experience

Mr Umar Ali, aged 55 years, was admitted to hospital with a catastrophic bleed in the brain. Soon after admission into the hospital, he deteriorated and lost all functions of the brain and later declared brain dead. Mr Ali was transferred to ICU to continue receiving support until his family members arrived to say their final goodbyes. Umar's family members were shocked and in disbelief as Umar was working and fine the day before. The doctors later sat down with the family and mentioned that Umar had the rare opportunity to become an organ donor. Umar's wife said that he was a very generous and helping person, however, she said that their religion prohibited them from becoming an organ donor. The ICU team therefore organised a prominent religious leader of their faith to come to the hospital who informed the family that such generosity was highly supported by their religion. The family was happy to know this and they provided consent for Umar to donate his organs and tissue. The family later found out that Umar's gift of life saved or improved quality of more than eight lives.

I am an intensive care specialist and involved in organ and tissue donation. I have come across many families with similar stories who have been devastated by the loss of loved ones. Raising organ and tissue donation can be difficult in such stressful situation but as donation happens in rare circumstances every opportunity is precious. Also, families have expressed that organ and tissue donation brought comfort in their loss, enabling something good to come out of a tragedy.

Of the approximate 159,000 deaths that occurred in Australia in 2016, only 1,177 people were deemed to be potential organ donors (about 1.5%) with 503 patients becoming actual organ donors. Organ donation is only possible for people who die in a certain way in the intensive care unit or in the emergency department in a hospital. The donation decision has to be made before the loved one is taken off the ventilator. This is where the time pressure is.

Donation after brain death is the most common pathway of organ donation. A person becomes brain dead when the brain is so severely and badly damaged that it completely and permanently stops functioning. Unlike other organs, brain cells cannot regenerate. If one becomes brain dead, the person's brain function will never recover again. These patients are always on the ventilator which is pushing oxygen into the lungs. That is why a brain dead patient is warm because the heart is still beating and supplying blood to the body due to the constant oxygen supply. The chest wall is rising and falling due to the machine. There are specific sets of criteria to diagnose brain death. Two senior doctors, one of whom must be a specialist, carefully



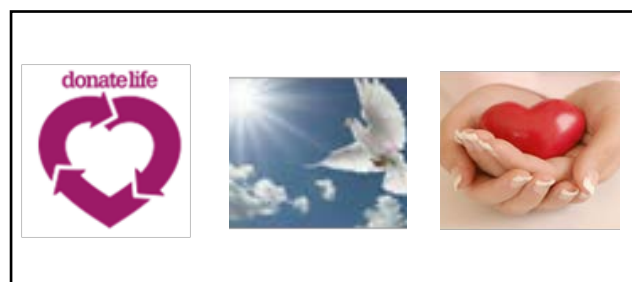
Dr M A Sayek Khan
MBBS FCICM

go through the criteria and once satisfied, declare a person 'Brain Dead'.

The less common pathway is donation after circulatory death. Here, all efforts to save a person's life have failed and a decision has been made to stop all life support measures to let the nature take its course. Organ donation can take place once the heart stops and the family consents to donation proceeding. While age and medical history will be considered, people shouldn't assume that they are too young, too old or not healthy enough to become a donor.

Organ and tissue donation is a topic which can be confronting to talk about because by its nature it involves discussion of death. However, it is important to have the discussion, especially with family as families will be asked to provide consent before donation can proceed. Evidence suggests that the donation decision is easier if the family knows the wishes of the loved one. More than 1500 people are on the organ transplant waiting list on any given time. They are counting on every potential donor having decided and discussed that decision with their families.

Many more people are able to become eye and tissue donors as tissues can be donated up to 24 hours after death regardless of where death occurred.



I wholeheartedly support this altruistic attitude of saving lives and helping others. In fact 98% of Australians support such a gift of life. But we have many myths and disbeliefs in our communities about organ and tissue donation. I have had the privilege of being part of a program by the Organ and Tissue Donation Authority to raise awareness on the subject among the culturally and linguistically diverse (CALD) communities in Australia. I have conducted a few sessions involving various community groups such as the Turkish community, Maronite priests, Greek Orthodox College, Federation of Ethnic Communities Council of Australia (FECCA) to name a few. These have been amazing experiences for me, to listen to the people and answer their questions. Below are a few of those commonly asked questions and my comments:

How can you be so sure about brain death, are you sure the person will never wake up?

There are strict criteria to diagnose brain death prescribed by the Australian and New Zealand Intensive Care Society (ANZICS) and many other authorities. People are sometimes confused about brain death and coma which are completely different from each other. A patient in a coma is unconscious because their brain is injured in some way. The brain may heal and some brain functions may recover to an extent. When one becomes brain dead, all the brain functions are lost permanently. There are medical tests which clearly distinguish brain death from coma.

I am concerned that the doctors won't work as hard to save my life if I am registered as an organ and tissue donor.

The first duty of medical staff is to their patients and saving their lives. Doctors and nurses work under the ethics of 'Beneficence' which involves actions that promote wellbeing and healing of their patients and 'Primum non nocere' which means 'First, do no harm'. Organ donation never influences any decision making while a patient is being actively treated. Organ and tissue donation will only be considered after all efforts have failed. Also, the medical staff do not have access to the Australian Organ Donor Register. A special permission is required to have that information.

I am concerned about my body being treated with respect. How are the organs removed?

The organ donation surgeries are no different from any other surgical operations and are performed by highly skilled doctors. These are undertaken in an operating theatre under full aseptic precaution. The donor is treated with full dignity and respect. The incisions are kept to the minimum. The donation surgeries do not alter the appearance of the body. The donor family will be able to view the body after surgery and have an open casket funeral if so desired.

My religion does not support organ donation.

Through our extensive consultations with cultural and religious organizations and leaders, we have found that almost all religions support organ and tissue donation as an ultimate act of generosity. The Donatelife website (www.donatelife.gov.au) provides extensive information about this. It is important to know that every effort will be made by the hospital staff to accommodate any religious and cultural end of life rituals for potential organ donors and their families. The staff can also organise a religious leader to come to the hospital to support end of life care and clarify any questions.

I have already registered, do I still need to tell my family?

Family discussion is very important as donation will NOT proceed without family consent. Knowing the wishes of the loved one makes decision making by the family much easier. One of the main reasons families decline donation is that they simply don't know the wishes of their loved ones. This is why we encourage discussing an informed decision with the family.

Can my family override my decision?

Studies have shown that families most often follow the decision of the loved one if it is known to them. Extremely rarely, it is overridden by the family. Usually there would be specific reasons. Every effort is made to uphold the wishes of the patient.

Will my organs go to a person with bad habits such as an alcoholic or a heavy smoker?

Organ and tissue donation is an altruistic gift to save or improve quality of life of others. Directed donation after death is not allowed in Australia. There are extensive criteria to define the list of patients who are in need of transplantation. Patients are excluded from the list if the criteria are not followed. For example, a patient will be removed from the liver transplantation list if the person continues to, or re-starts, drinking alcohol.

Could my organs and tissues be sold for profit? Treating a human being as a commodity for organ trade is illegal and will remain illegal in Australia. Australian laws are consistent with ethical principles set by the international transplant community, the world health organization and the world health assembly. Organ and tissue donation is a generous gift and not for sale. There are international efforts to stop organ trafficking around the globe.

Will organ donation delay the funeral?

Organ donation does not delay the funeral. By the time funerals are organised, the donation process is usually complete.

How do I register my decision?

Once someone has made an informed decision about becoming a donor they can register their decision on Australian Organ Donor Register (AODR). It is not possible to do this on the drivers licence anymore. People can also specify which organs they want to donate. This can be done online by

- going to the Donatelife website www.donatelife.gov.au
- registration forms are available from various government offices such as Medicare, DonateLife and others.

People from all walks of life are in need of life transforming transplant surgery. Australia shows one of the best outcomes of organ transplant surgery in the world, yet we are one of the lowest in organ donation rate in the developed countries. That is why we are all working towards raising awareness on such an important topic in our communities.

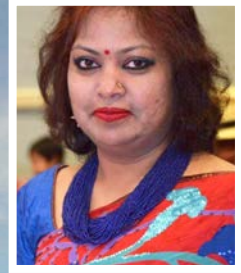
So, Discover the facts about organ and tissue donation, why it is important and what is involved.

The DonateLife website offers a range of educational resources, brochures and fact sheets in over 18 languages on this. Decide and register your decision about becoming an organ and tissue donor. In Australia, we operate under an 'opt-in' policy, which means it is the individual's right to choose whether or not they want to be an organ and tissue donor. And please Discuss your decision with your family.



একলা আকাশ

ভালোবাসার রঙ যদি হয় লাল
তবে, আকাশের রঙ কেন নীল?
সূর্যোদয় আর সূর্যাস্তের
সময় নীল আকাশ হয়ে যায়
সিঁদুর রাঙা লাল
তোমার আমার ভালোবাসাও
কি তাই কখনও লাল, কখনও নীল!
জীবন চলার পথে
শত সহস্র মিলের মাঝে রয়েছে কত শত অমিল
তাতে কি বা যায় আসে!
জীবন চলেছে তার নিজের ধারায়
ভালোবাসি শুধু তোমায়
আর আমার এই একলা আকাশ



Dr Fahima Sattar



বিব 10 eQi (2q ce)©

ডাঃ সাদেক আহমেদ



১৯৮৪ সাল, ইরান-ইরাক যুদ্ধ চলছে। আমার আবার ভ্রমণ এর শখ খুব বেশী। তাই ছুটির দিনে নতুন নতুন স্থানে ঘুরতে যাই। আমি তখন মসজিদ সুলেমান শহরে NIOC (National Iranian Oil Company) Hospital এ কাজ করতাম। আমি ও ডাঃ শরিফ (Health Dept Gi Hospital এ কর্মরত ছিলো) মাঝে মাঝে ঘুরতে বের হতাম। তখন উভয়ে ব্যাচেলর ছিলাম। তাই একদিন প্ল্যান করলাম পাশের শহর আন্দিমেশেক ডাঃ রকীব ও ডাঃ শিপারের (বর্তমানে উভয়ে UK তে কর্মরত এবং citizen) বাসায় বেড়াতে যাব। তারাও তখন ব্যাচেলর ছিলো।

কোন এক শুক্রবারে ওদের বাসায় বেড়াতে যাই। ওরাও খুব খুশী হয়। নিজেরাই যা যা পারে রান্নাবান্না করে আমাদেরকে খাওয়ায়। খাওয়া দাওয়ার পরে যখন বিশ্রাম নিচ্ছিলাম, তখন হঠাৎ যুদ্ধ বিমানের শব্দ পাই এবং এ কারণে সাইরেন বাজতে থাকে। তখন জানতে পারলাম ইরাকী যুদ্ধ বিমান বোম্বিং করতে এসেছে। কারণ আন্দিমেশেক একটা ইরানী এয়ার বেইস ছিলো। সেখানে বোম্বিং শুরু হলো। ডাঃ রাকিব ও ডাঃ শিপার ভয়ে আত্মরক্ষার্থে খাটের নিচে ঢুকে পড়ে। আমার আর খাটের নিচে ঢোকানোর একটু জায়গা দাও, কারণ বোম্ব আমাদের হাত পা চলে গেলেও অন্ততঃ মাথাটা থাকবে এবং কথা তো বলতে পারব। এই কথা শুনে দুজনেই হেসে বের হয়ে এসে আমাদের জায়গা করে দিলো। এর মাঝে প্লেন চলে গেলো এবং বোম্বিংও বন্ধ হয়ে গেল। তাই আমার আর খাটের নিচে ঢুকতে হয়নি।

১৯৮৫ সাল, ইরাকের তৎকালীন প্রেসিডেন্ট সাদ্দাম হোসেন ঘোষণা দিয়েই ইরানের বিভিন্ন শহরে বিমান হামলা বা মিসাইল নিক্ষেপ করে অনেক লোক হত্যা করত। এমনি একদিন ইরাকী প্রেসিডেন্ট ঘোষণা করল- আমার তখনকার কর্মস্থল মসজিদ সুলেমান শহরে আগামীকাল ১১টায় মিসাইল নিক্ষেপ করবে। সেদিন আমি আমার ক্লিনিকে রোগী দেখছিলাম। তখন প্রায় সকাল সাড়ে দশটা বাজে। এক রোগীর ব্ল্যাড প্রেশার নিচ্ছি, তাই একটু সময় লাগছিলো। তখন অপেক্ষামান পরবর্তী রোগী এসে ওই রোগীকে চেয়ার থেকে উঠিয়ে দিয়ে নিজেই রোগীর চেয়ারে বসে বলল, ডাক্তার আমাকে এখন দেখ, মিসাইল পড়ার সময় হয়ে গেছে। তাই ওই রোগীকে আর বেশী সময় দেয়া যাবে না। যুদ্ধের সময় এই রকম টেনশন নিয়ে আমাদেরকে এমনভাবে চাকুরী করে Foreign Currency দেশে পাঠাতে হয়েছিলো।

সেইদিন অন্য হাসপাতাল এর Emergency তে ডাঃ শিবুদাও ডিউটি করছিলেন। বিপদ সংকেত বেজে উঠলে ডাঃ শিবুদাও রোগীর Exam টেবিল এর নীচে নিজেকে সেইভ করতে ঢুকে পড়ে, তখন এক বুড়ী রোগী তাকে বলল, ডাক্তার মানরে বিবিন, বাদান জিরে মিজেরুরো। (ডাঃ আমাকে আগে দেখ, তারপর টেবিলের নিচে ঢুকো) তখন বেচারী ডাক্তারকে টেবিলের নিচ থেকে বের হয়ে

রোগী দেখে পুনরায় টেবিলের নিচে আশ্রয় নিতে হয়।

অন্য আরেক দিনের ঘটনা। ডাঃ শিবুদা ও অন্য একজন বাংলাদেশী ডাক্তার ইমার্জেন্সিতে ডিউটিতে ছিলো। ইরাকী প্লেন বোম্বিং এর বিপদ সংকেত বেজে উঠলে ডাঃ শিবুদা আত্মরক্ষার্থে রোগীর এক্সামিনেশন টেবিলের নিচে ঢুকে পড়ল। তখন অন্য ডাক্তার তাকে বলল, দাদা আপনি বের হন। আমি সদ্য বিবাহিত। তাই আমাকে আগে জায়গা দেন। নয়তো আমার নতুন বউ বিধবা হয়ে যাবে। তখন ডাঃ শিবুদা টেবিলের নীচ থেকে বলল: আমার একটা ছোট্ট মেয়েও আছে। তাই বউ বাচ্চাকে এতিম হতে দেয়া যাবে না।

এমনিভাবেই ওই যুদ্ধের সময় আমরা অনেক বাংলাদেশি ডাক্তার ইরানে কাজ করেছি এবং New Zealand চলে আসি তারপর পুনরায় অস্ট্রেলিয়া চলে এসে AMC পরীক্ষা পাশ করে কাজ আরম্ভ করি এবং BMS (বাংলাদেশ মেডিকেল সোসাইটি, NSW) প্রতিষ্ঠা করি। BMS এর প্রথম প্রেসিডেন্ট Dr. Shareef Ud Dowla এবং প্রথম জি.এস. Dr. Motiur Rahman (বর্তমান প্রেসিডেন্ট)। Treasurer: Dr. Jesmin Shafiq. (বর্তমান Treasurer)।

অতঃপর NSW, Victoria, WA, Queensland, SA, ACT এর মেডিকেল সোসাইটি সমূহ মিলে ২০১৭ সালে ফেডারেশন তৈরী করি। ফেডারেশনের প্রথম প্রেসিডেন্ট Dr. Ayaz Chowdhury.

ইনশাল্লাহ পরবর্তীতে আমার ইরানের অভিজ্ঞতা আরো লিখবো।



একাল সেকাল

(কবি ইভানা শামসের কবিতার একটা লাইন এবং আমার মেয়ে পূর্ণতা নাজ হাসনাৎ এর একটা ছবি দেখে মাথার ভেতরে এই কবিতাটার জন্ম হয়েছে। কবিতাটা তাই দুজনের নামে উৎসর্গ করলাম)



- ডাঃ আবুল হাসনাৎ মিল্টন

একদিন সন্ধ্যায় কবিতা শোনাতে বলে

আমি সারাদিন মিছিলের ডাক উপেক্ষা করে

বসেছিলাম হৃদের পাশে। শহরের কোলাহল

থেকে ছুটি নিয়ে আমি জলের বুকে বুনেছিলাম

রাত্রির আল্পনা। কবিতা তখন এমন বুনো

এবং সর্বশাসী ছিল।

কারো ধ্বংস কখনো প্রার্থিত ছিল না তবু যারা

জেনেশুনে সজ্ঞানে- স্বেচ্ছায় ডুবন্ত জাহাজে

সওয়ার হয়েছিলেন তাদের জন্য আজ আর

কী করবার আছে আমার? পাপিষ্ঠ নাবিকের

হাত ধরে অতঃপর তোমাদের এবার নরক যাত্রার

শুভ সূচনা হল।

আমার অলক্ষ্যে একটু একটু করে বেড়ে উঠছে আমারি আত্মজা, জানি না তার অভিধানও কি

আমার মত অভিমানে পরিপূর্ণ থাকবে নাকি

আঙুলের তুড়িতে সে উড়িয়ে দেবে অকারণ যত শোক? তবে তাই হোক।

সেকাল-একালের টানাপোড়নে আমি মাঝেমধ্যে

খুব এলোমেলো হয়ে যাই। তখন অন্ধকারের কূলোয়

উড়িয়ে ছাই আমি হস্তারক হয়ে উঠি। আমার সামনে

বসা নির্জনতাকে তরুণী ভেবে আলিঙ্গন করি। আমি

বিষ পান না করেই মরে যাই।

এত ভালো তুমি না বাসলেও পারতে

একটি চুমুর দামে আমি

পৃথিবীটা কিনতে চেয়েছিলাম

হস্তারক সময় আমাদের ভুল বুঝিয়েছে

তোমার একা থাকার সিদ্ধান্তে

আমাদের প্রেমকাহিনীটা পূর্ণতা পেলো না।

কক্ষচ্যুত গ্রহের মতন বুলে আছি মহাশূন্যে

আদতে আমি কোথাও নাই তুমি জানো

শুধু তোমার বুকের ঘুলঘুলিতে সযত্নে

লুকিয়ে রেখেছো আর শহরের সবচেয়ে

দৃষ্টিনন্দন বাড়িটার নাম রেখেছো আমার নামে।

এত ভালো তুমি না বাসলেও পারতে!

I, Myself and us

First Question-The begining
“Where do you come from?”In the last 32 years I have been asked this question for many a time.

Sometimes it was not an appropriate question, sometimes there was a genuine query and mostly I think my color perhaps begged that question.

And I always replied, albeit with a smile-”I am from Bangladesh”.

I was not born in Bangladesh, my first living experience in Bangladesh started only after I was of 12 years of age,my childhood education was scattered in different countries learning different languages, and Bangla was in someways a second language to me-but still I always replied with the same smile-”I am from Bangladesh”.

When I started school in Dhaka in 1969 my Bangla was broken, my attitude was different,the way I related to my school mates was so dissimilar to theirs-yet my childhood school friends never asked me where I was from.I was and I am a Bangladeshi by heritage-no questions asked.

Second Question-The duties

“And what do you do my dear?”-

And I always answered very softly-I am a GP.
So are you a doctor.Yes I am-again very softly with a smile.

Remembering the financial trying times, the critical exams, the tears I cried, yes I am a very content and happy GP.

My husband and I had migrated to Australia in 1985 with an infant boy, initially things were hard, but as I crossed each road,every intersection, the paths got wider and a brighter horizon waited for me.

Now I am a happy mother with 2 special children, a very rewarding career nearly ready to retire.So what am I now? My days are busy with work,countless social activities,full time practice, being a mother,an activist and a pacifist at the same time, so full of controversies yet no time to be too sad or too happy-just content.

I have tried my best to live as a responsible citizen.

Third Question-My home

“Do you still love Bangladesh?” my dear daughter asked me one day.

What a simple question, but I wish the answer was as easy.

I replied-”Of course I do my dear”

Do you ever stop loving your heritage or your birth parents.



Dr Naseem J Chowdhury

The traumatic birth of Bangladesh in 1971 is forever etched in my young brain.I never could understand how a country could ever be divided by religious or racial entity.The countless lives that was lost in the quest.

Now more than half of my life has been spent in this country called Australia.

I find great pleasure in the home that I return after my hard days work,I deeply care for my neighbours , my friends , my patients.

I respect my profession and mostly I love this land called Australia.

I still love going to Bangladesh to visit relatives and friends, support our friends in their charitable work and just to enjoy our local cuisine.
So my home is scattered all over this world and I love it all.

Last Question-Coconut Syndrome
What is the language of our children's dream?
I think we would all agree-it is English.

Majority of them can speak in Bangla-may be broken, but are their dreams in Australian with a hint of Bangladesh?

In this day and age may be it is politically not correct for them to be both.

But yes we can still all dream for a better world without boundaries so our children can dream bigger and achieve more.

I pray and hope the best for our Coconut children.



fxi æfvj eumv

ছোটগল্প

সীমা মেডিক্যালের দ্বিতীয় বর্ষের ছাত্রী, পড়াশোনার যথেষ্ট চাপ। তরুণ আড্ডা, গল্পগুজব গানবাজনা সবই তার পছন্দ! মাঝেমধ্যেই এসে যোগ দিত বাবার বন্ধুর ছেলে মিলন, বয়সে তিন বছরের বড় সীমার। একসাথেই ছোটকাল থেকে বড় হওয়া, তাই আড্ডা জমতো বেশ তাদের, পিঠাপিঠি চার ভাই বোন আর মিলনের। রাত জেগে মাঝে মধ্যে নাটক, সিনেমা দেখা, খেলা দেখা, মার আপত্তি ছিলনা কোনদিনই। একদিন মাকে বিরক্ত সহকারে বলতে শুনে অবাক হলো সীমা "কি সব যে কম কম পড়াশুনা করে মিলন, বি.কম পড়েছে এখন আবার এম.কম"। মা তখন থেকে খুব একটা পছন্দ করতেন না মিলন ভাইয়ের তাদের বাড়িতে আসা। একদিন বিকেলে মিলন ভাই খুব চিন্তিত আর শুকনো মুখে হঠাৎই এসে হাজির হলো, সীমাকে ডেকে জিজ্ঞেস করলো একটা জরুরী কথা বলতে বাইরে যাবে কিনা? মায়ের অনুমতি না মেলায় সীমা মিলনকে বারান্দায় ডেকে নিয়ে গেল। কোন ভূমিকা ছাড়াই মিলন ভাই বললো আমি তোমাকে ভালবাসি, তুমি কি আমাকে ভালবাসো? সীমার উত্তর না পেয়ে মিলন ভাই আবার বললো "আমার পরিবার থেকে আমাকে বিয়ের জন্যে চাপ দেয়া হচ্ছে। তুমি যদি ভালবাসো আমাকে, আমি অপেক্ষা করবো পরিবারের বিরুদ্ধে"। সীমা আড়চোখে অদূরে দাঁড়ানো মাকে দেখে নিয়ে মৃদু স্বরে উত্তর দিল "না"। মিলন ভাই কোন-দিকে না তাকিয়ে মাথা নিচু করে বাড়ি থেকে বেরিয়ে গেল। পরীক্ষার পড়াশুনার ফাঁকে ফাঁকে সীমা বারান্দায় এসে গ্রীল দিয়ে বাইরে তাকায়- কেউ কি এলো? আবার ব্যস্ত হয়ে পড়ে তার পড়াশুনা। কয়েক সপ্তাহ পর মাকে একদিন খোশমেজাজে বাবাকে ডেকে বলতে শুনলে সীমা "এসে দেখে যাও মিলনের বিয়ের কার্ড এসেছে!"



Shahnaz Perveen

Working as a family practitioner full time at Narellan Town Medical Centre Sydney . Started working in newzealand 18 years ago and received fellowship first in New Zealand and then in Australia . Lives with husband and two girls and enjoys singing , walking down the beach and time with family and friends .

K_v w j vg

একদিন যেদিন আকাশটা ভারী নীল দেখাবে
সাধারণত যেমন নীল, তার চেয়েও যেন একটু বেশী
সাদা মেঘগুলো আলতো করে উড়বে আকাশের গায়
পাখীদের কলকাকলীতে মুখর হবে প্রাঙ্গন ।

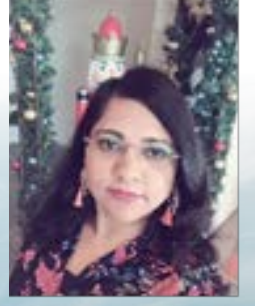
অথবা চাঁদ এমন মায়াবী রূপে রাঙাবে পৃথিবী
তারাগুলো তাকে সঙ্গ দেবে মিটি মিটি আলোয়
সাগরের নীল জল আছড়ে পড়বে বালুকাময় সমুদ্রতীরে
সে যেন কি এক অব্যক্ত আকাঙ্ক্ষা করছে প্রকাশ !

কথা দিলাম, সেদিন আমি তোমাকে ভীষণ ভালবাসব
যেমনটি ভালবাসা হয়নি আর কাউকে কোনদিন ।



Pi šb Avengvb

শেষ বিকেলের আলোয় রাঙা আমার দক্ষিণ দুয়ার
ক্ষণে ক্ষণে অনুভব হয় যেন পদধ্বনি কার ।
ফেলে আশা দিনগুলো শুধু পিছু ফিরে ডাকে
ব্যস্ততার দিনলিপি আর সময়ের ফাঁকে ফাঁকে ।
চাওয়া পাওয়ার এই অসম দোলাচলে
চিন্তাসূত্রে ছন্দপতন হয় নিত্য কোলাহলে ।
দূর আকাশে দৃষ্টি আমার স্থির হয়ে থাকে
পাখিরা সব নীড়ে যেন ফিরছে ঝাঁকে ঝাঁকে ।
কোথায় এক শূন্যতা যে গ্রাস করে আমায়
স্মৃতির পাতায় কত না ছবি দোলা দিয়ে যায় ।
প্রাপ্তির সুখ আছে এসব পাওয়া না পাওয়া
ভালোবাসা ভর দিয়ে চলে বসন্তের এই হাওয়া ।
এরই নাম বেঁচে থাকা, সুখ-দুঃখের অপূর্ব গান
এরই নাম জীবন, চিরন্তন আবহমান ।



Dr. Amrin Sarwar
MBBS, FRACP, DCH,
Skin cancer Certificate
Wetherill Park Medical centre

vevPI cw_ex

ডা: মোহাম্মদ মোদাচ্ছের হোসেন

এখানেই আছে মানিক রতন
খারাপ জনেরও ভিড়
এখানেই আছে অতন্ত্র প্রহরী
অকপট শত বীর ।
এখানেই আছে মানবিক গুণ
বিরল সবার মাঝে
এখানেই আছেই পাষণ্ড হৃদয়ে
ব্যস্ত খারাপ কাজে ।
এখানেই আছে স্বর্গীয় সুখ
প্রশান্তি আর মায়া
এখানেই আছে শত ছলনা
কালো মেঘের ছায়া ।
এখানেই আছে নিদারুণ শান্তি
শুকোয় মাথার ঘাম
এখানেই আছে কত অভাজন
অজানা শত নাম ।
এখানেই আছে চিরকালীন সুখ
সুখ দুঃখের মাঝে
এখানেই আছে বিধাতার রোষ
সকাল সন্ধ্যা সাঁঝে
এখানেই আছে দীনের আলো
খোদার নীতির শাসক
এখানেই আছে মুখোশধারী
অলস কথার ভাষক ।
এখানেই আছে জন দরদী



দেশ শাসনের নেতা
এখানেই আছে শত লম্পট
ভরা স্বাধীন চেতা ।
এখানেই আছে সত্য সাধক
জন হিতকর কাজে
এখানেই আছে রাষ্ট্রদ্রোহী
লুকিয়ে সবার মাঝে ।
এখানেই আছে মহাজ্ঞানী
বিরল সত্য সাধক
এখানেই আছে সীমাহীন অজ্ঞ
নর মাংস খাদক ।
এখানেই আছে শুণ্ড শহীদ
খোদার প্রিয় প্রাণ
এখানেই আছে কত মুনাফেক
দূষিত জনের ঘ্রাণ ।
শ্রেষ্ঠ সৃষ্টি মানব জাতির
এক নিদারুণ রূপ
শংকিত মনের শত হাহাকার
রবে কি আজও চুপ ।

RvKvi vUvgq
w b wj

ডাঃ সাদিয়া শারমিন



জাকারান্ডা ভেজা সিডনি এখন, চারদিকে শুধু পার্পল রঙের হাতছানি ও একই সাথে চলছে সুরমা রঙের মেঘের সাথে বিরিবিরি জলের মিশেল কাব্য। এই মায়াবী বেগুনি ফুলকে ঘিরে কথিত আছে নানা গল্প আর ছন্দ গল্পের কথা মালা।

বছরের এই সময় গুলোতে যখন বৃষ্টির দিনে জাকারান্ডার ফুলে রাস্তা আবৃত হয়ে যায়, তখন কেউ কেউ বলে ওঠে আজ বিউটিফুল পার্পল রেইন ডে। এমন দিনগুলোতেই বৃষ্টিস্নাত মাটির সেই চিরচেনা গন্ধটাও তীব্র ভাবে পাওয়া যায়। মাটির এই গন্ধটা অবশ্য সবখানেই একই রকম, কি বিদেশ আর স্বদেশ। কখনো কখনো ঘ্রানের বশবর্তী হয়ে দেশের বৃষ্টির ও কিছুটা স্বাদ উপভোগ করা যায়, বিষয়টা একেবারেই ফেলনা নয়।

সিডনির এই আইকনিক বৃক্ষটিকে কোথাও কোথাও আবার যত্ন সহকারে লালন করা হয়, সেরকম একটি স্থান হলো সিডনি ইউনিভার্সিটি। ইউনিভার্সিটি এলাকায় এই ফুল ফোটা মানেই অনেক কিছুর অগ্রিম বার্তা বহন করে। যেমন সবধরণের স্টুডেন্টেরাই (স্থানীয় ও ওভারসিস) বুঝে যেত বছরের শেষ এসাইনমেন্টটা অতি শীঘ্রই জমা দিতে হবে, সেইসাথে চলতো হলিডের আমেজ। এর মধ্যে ওভারসিস স্টুডেন্টদের আনন্দটা ছিল একটু ভিন্ন মাত্রার, তাদের থাকত দেশে ফেরার দিনগোনা। জায়ান্ট জাকারান্ডা গাছটিও এই ভার্সিটির চত্বরে রয়েছে, কিছুটা সময় কাটিয়ে আসলে দিনটা অনেক খানই অর্থবহ মনে হয়।

হালকা বেগুনির হাতছানিতে কিছুটা জাদুময় পথ -পায়ে হেঁটে অথবা যান্ত্রিক বাহকে মাড়িয়ে গেলে কিছুক্ষণ এর জন্য হলেও হয়তোবা বাহ্যিক ও আত্মিক প্রশান্তির ছোঁয়া পাওয়া যায়।

ডাঃ সাদিয়া শারমিন

সকালের মিষ্টি সূর্যালোকাভাকে যদি কিছু দীর্ঘক্ষণ ধরে রাখা যেত,

তাহলে কেমন হত?

গোধুলির রক্তিম আকাশের আলোকচ্ছটার দীপ্তিকে যদি স্থির করে রাখা যেত, তাহলে?

হালকা রোদ বৃষ্টির পর যে সপ্তক রঙের উৎপত্তি হয়, সেটাও যদি অনেকক্ষণ দেখতে পাওয়া যেত,

তাহলে কেমন হত?

সন্ধ্যাকালীন পূবের আকাশের সন্ধ্যা তারাকেও বেঁধে রাখা গেলে কেমন হত ?

আর যদি ,

জীবনের গল্পটা নিজেরমত লেখা যেত তাহলে ?

বার্ধক্যের জরাজীর্ণতাকে যদি মলিন করে দেওয়া যেত,

তাহলে কেমন হত?

চির সত্য সেই মানব জীবনের আয়ুকে যদি সূদীর্ঘ করে ফেলা যেত,

তাহলে ?





Does Your Mood Affect Your Bones?

Dr Abhijit Chowdhury

PhD Student

School of Medicine and Public Health

The University of Newcastle Australia

Who has not had a bad day in a lifetime? In the modern way of living, full of everyday stresses, we seldom have time for ourselves. Everyone is running after the success every day, day to night job, planning for the future, and sometimes, forgetting to enjoy the gift of the 'present'. If something doesn't go according to our plan, we feel sad, we become anxious about the consequences, and we try harder to make that plan successful. But, in life, we forget that not everything is achievable, not every plan is executable and not every circumstance is in our favour. Very often most of us are not ready to acknowledge this crude truth of life, bringing ourselves into the vicious loop-hole of unhappiness and obsessive desires setting the scene for mood disorders like Depression and Anxiety. Just having a sad day is not Depression. If you lose pleasure in all those activities which used to excite you in the past, if you feel like your whole existence has no purpose, and that feeling is persistent, psychiatrists call it Depression. Depression can be a long-term disease, or a person can suffer from it for a short duration. Lifelong severe Depression increases suicidality, the most feared consequence of this disease. On the other hand, if you are always fearful about the future, you sweat and your heart starts racing as soon as you try to plan for the future, or you suffer from an irrational fear towards an object or setting, it might be an Anxiety Disorder. Like Depression, Anxiety Disorders are also incapacitating, and they can be persistent, impairing an individual's overall well-being and altering the inter-personal and social relationship. Scientists have been linking mood disorders like Depression and Anxiety to varieties of physical ailments like high blood pressure, heart disease, diabetes, infections, asthma, stroke and musculoskeletal

problems. Research has clearly shown that these two common mental health problems have physical consequences in the long-run. Depression is a recognised risk factor for the disease of the arteries supplying the heart. With research, more diseases are linked to Depression and Anxiety, and the number is growing. The exact biology of the physical complications of mood disorders is yet to be elucidated. Public health research has shown that patients with Depression and Anxiety may have lifestyle related risk factors like poor diet, increased smoking and alcohol consumption, physical inactivity which altogether may lead to different health problems. A very new avenue of research is linking the mood disorders to bone loss, a condition which is known as Osteoporosis. The first study showing that patients with Depression may suffer from the bone loss was published in 1994, and since then, for last two decades, there has been a good number of public health research across the globe, trying to answer the question. "Does your mood affect your bones?". But the answer is still inconclusive. Studies have been showing conflicting results regarding the association between Depression and Osteoporosis. A 2016 Taiwanese study, the largest study examining this relationship, with more than one hundred thousand participants, have shown that Depression deteriorates Bone Mineral Density (BMD) causing Osteoporosis but more research is needed before reaching a conclusion as very few studies have explored the long-term impact of Depression on bones. The first-ever study examining the effect of Anxiety on Bone Mineral Density was published in 2011, a Norwegian study, which showed an association between Anxiety and reduced Bone Mineral Density. Another Taiwanese study in 2016 revealed that Anxiety Disorders can cause bone loss, but the scarcity in study number is not quite answering the question relating Anxiety to detrimental bone health. In Australia, very few studies have examined

this potential relationship between Depression, Anxiety and Osteoporosis, and it is crucial to have an answer as the number of people suffering from mood disorders and Osteoporosis is growing every day. Scientists believe that various lifestyle factors related to Depression and Anxiety, varying degrees of hormonal problems, inflammation and some drugs may cause the bone loss in these patients. As Depression and Anxiety are highly co-existing, it is imperative of knowing, to what extent both these mental health concerns impact the bone health in adults. Osteoporosis which is thought to be one of the consequences of Depression and Anxiety can cause fracture from minimal trauma. A fracture in old age may not heal properly, it may have long-term disability, making the sufferer incapacitated and sometimes institutionalisation may be needed. Dependency on others may cause the loss of confidence in personal ability setting the perfect platform for Anxiety and Depression to kick in. Scientists have observed that people suffering from Osteoporosis and fractures may suffer from Depression and

Anxiety. The bidirectional relationship between mood disorders like Depression and Anxiety and Osteoporosis or fracture has fascinated the researchers for quite a while but the question “which causing what” is yet to be answered. Osteoporosis in patients suffering from Depression and Anxiety and Depression and Anxiety in individuals with Osteoporosis is common. But the cause and effect relationship between these factors are unexplored. Understanding the biological interplay and high-quality public health research is pivotal to answer this association. If long-term Depression and Anxiety is proved to impact bones negatively, adopting novel preventive and treatment strategies may help to reduce Osteoporosis and osteoporosis related fractures. Preventing fractures will lower down fracture related health problems and mortality and will also reduce the economic burden attributable to Osteoporosis and fractures. And by preventing bone health related hazards, we can prevent further Depression and Anxiety. Prevention has to be atop the healing pyramid, like they always say “Prevention is better than cure!”

**Experience Does
Matter...
Consult with the
💰💰 Million Dollar 💰💰
Agent**

“*Rahat*”
to discuss about your
properties
Selling / Buying / Renting
Licensed To Cover All Suburb NSW



Rahat Ferdaus *jp*

Director & Principal In Charge
RayWhite AusBan Group & Loan Market

0432 520 856

rahat.ferdaus@raywhite.com

RayWhite.

AusBan

Snapshots: Sequence of Events in 2010 just before First AGM of BMS- NSW

What does it mean to know something about history? If you know “your” history, what is it that you know? For many, it is definitely about being able to provide dates, to state what happened or how people lived in the past; while for others it means being able to conduct genealogical research or being able to navigate in a video game that takes place in an historical environment.

As a nation Bangladeshis are proud to have excellent bonding among each other which creates enormous opportunity to bring them together. At the early stage of my journey in Australia as a Doctor, I have been blessed to come across with few of senior Doctors who will remain as mile stones by making the country proud with their creativity.



Dr Zakir Parvez

April 2010, Dr Sadeque Ahmed bhai succeeded after repetitive try in convincing me to start the initial necessary steps to form an organization for Bangladeshi Australian. With his inspiration along with Dr Motiur Rahman (Current president of BMS) and I, discussed with our respected senior Dr Shareef ud-Dowla bhai to initiate invitation process and to organise an informal meeting at another motivated senior Dr Ayaz and Dr Jesse Chowdhury's residence at Castle Hill on 16th May 2010.

On that meeting, ADHOC committee was formed and selected a name Bangladesh Medical Society of NSW (BMS-NSW) for the organisation, which was proposed by one of the initial organisers Dr Moinul Islam. Initially Dr Dowla and I was using the name BMAA (Bangladesh Medical Association of Australasia) to attract doctors from Australia and New Zealand. Our main aim was to form a Convening Committee towards an Annual Convention as quickly as possible.

ADHOC Committee as follows: 16 May 2010

- Dr M Shareef ud Dowla
- Dr Sadeque Ahmed
- Dr Naseem Jahan Chowdhury
- Dr Shafiq Ahmed
- Dr Shaila Islam
- Dr Motiur Rahman
- Dr Masum Alam &
- Dr Zakir Parvez

The first formal meeting took place in Rouse Hill Community Centre on 06th June 2010 where a Convening Committee was formed. Senior most Dr Kamal Ahmed presided over the meeting.



Dr Shareef ud-Dowla was elected Convener and Dr Motiur Rahman was Co-Convener. Meeting was attended by approximately 50 doctors from all over NSW.

Convening Committee: 06 June 2010

Convener: Dr Shareef ud-Dowla

Co-Convener: Dr Motiur Rahman

Member:

Dr Ayaz Chowdhury

Dr Nazmun Nahar

Dr Shaila Islam

Dr Sayed Farabi

Dr Dr Reza Ali

Dr Moinul Islam

Dr Zakir Parvez

Dr Faruque Riffat

Dr Faizur Reza Emon

The Convening Committee met several occasion at Dr Shareef ud-Dowla's private chamber at Blacktown and proceeded tirelessly to organise a larger formal annual general meeting of BMS of NSW on 1st of August 2010 in Waterfront restaurant, Sydney Olympic Park. Notice was circulated via emails, telephone and personal contacts. Also published in Bangla-Sydney, Sydneybashi-bangla and Priyoaustralia website. The meeting was attended by close to 150 doctors, many of them were studying to pass AMC examination. Overwhelming participation from all over NSW made the convention colourful. After a successful AGM the first ever committee BMS-NSW was formed for the period of two years.

FOUNDER members of BMS of NSW (2010-2012)

President : Dr Shareef ud Dowla

Vice President : Dr Naseem Jessi Chowdhury

Dr Sabbir Siddique

Dr Shaila Islam

General Secretary: Dr Motiur Rahman

Joint Sectretary : Dr Zakir Parvez

Dr Dr Prasant Mallick

Public relation officer : Dr Moinul Islam

Organising Sec : Dr Reza Ali

Tresurer : Dr Sayed Farabi Polash

Education Secretary : Dr Nazmun Nahar

Dr Faruque Riffat

Members

- Dr Ayaz Chowdhury
- Dr Kamal Ahmed
- Dr Faizur Reza Emon
- Dr Sayek Khan
- Dr Amin Mutasim Chandan
- Dr Mamun Chowdhury
- Dr Jesmin Shafiq
- Dr Shamsul Alam
- Dr Rafiqur Rahman
- Dr Iqbal Hossain
- Dr Maksudul Alam
- Dr Kazi Shahrier Hossain Rana
- Dr Sohel Rana
- Zobair Hossain – Medical Student

Conclusion:

The story of Bangladeshi Doctors in Australia over the past few decades marked by considerable educational struggle, is ultimately one of the successful one. By reviewing the snapshots in 2010 just before Convention will show how quickly Bangladeshi Doctors as an institution gained social position to claim moral authority in Australia.

TOUCH PRINTING

DESIGN | PRINT | COPY

High Quality
On-Time Delivery
Order Online
After Office Service

Flyers, Catalogs
Business Card, Envelop
Label, Signage
& T-Shirt

উৎসবে, আমোজলে

TOUCH PRINTING

DESIGN | PRINT | COPY

Shop 6, 2 O'Connell Street Parramatta NSW 2150
print@touchprinting.com.au www.touchprinting.com.au
Mobile: 0470 55 77 77 Tel: (2) 9635 5712

ওল্ড উইন্ডসর রোডে গাড়ি জ্যামে পড়েছে সকাল বেলাতেই। মাঝে মাঝে হাসি পায় যে এখানেও জ্যাম হচ্ছে। আমি গাড়ির জানালা দিয়ে বাইরে তাকিয়ে রইলাম। বড় করে “এম” লেখা। পাশাপাশি কে.এফ.সি। ভীষন ভীড়। ম্যাকডোনাল্ডস-এ এখন ব্রেকফাস্ট টাইম। আমার প্রায় বারো বছর আগের এক বসন্তের বিকেল মনে পড়ে যায়।

ঢাকায় তখন নতুন কে.এফ.সি খুলেছে। আজকের মত অত রেস্তোরা আর কি সব লাউঞ্জ, এসব ছিল না। ছোটখাটো জন্মদিন, টুকটাক সেলিব্রেশনে টাকা জমিয়ে কে.এফ.সি, পিজা হাটে খাওয়া তখন বিলাসিতাই। সব সময়ের জন্য ছিল টি.এস.সি. আর ঢাকা উনিভার্সিটির মল চত্বর।

আমাদের তখন রক্ত গরম। মাত্র ইন্টার্নশীপ শেষ। কি করবো সামনে। কেউ বিসিএস দিচ্ছে, কেউ বা পোস্ট গ্রাজুয়েশন করবে বলে পণ করেছে। কেউ কেউ ঢাকা ছেড়ে নিজের বাড়ি ফিরে যাচ্ছে। আমরা কেউ কেউ রয়ে গেলাম পুরোনো আড্ডায়। ২০০৭ এর কোন এক বসন্তের বিকেল বেলা সেরকম এক আড্ডায় ছিলাম আমরা কজন।

ঢাকা শহরে ফেব্রুয়ারীর বিকেল গুলো ছিল ঘোর লাগা। হাঙ্কা কুয়াশা ঘিরে থাকতো চারিপাশে। অমন বিকেলে আমাদের কফির মগে ঝড়। আলোচনার বিষয়, বাংলাদেশ না বিদেশ, স্থান গুলশানের কে.এফ.সি. বাসার কাছে ছিল বলে হয়তো। বিদেশ যাবার পক্ষে দুই জন আর বাংলাদেশে থেকে যাবার পক্ষে বাকি সবাই।

আমরা তখন মনস্তির করেছি, অস্ট্রেলিয়া যাবো, যেই দেশ সম্পর্কে আমার তেমন কোন ধারণা নাই, টিভি তে আশ্চর্য্য খেলা দেখা ছাড়া। শুধু মনে হোত, একটা মহাদেশ আবার কেমন করে দেশ হয়। আজকে আমরা যেই ক্রেজ দেখি অস্ট্রেলিয়া আসার, তখন এসব নিয়ে কারো কোন মাথা ব্যথাই ছিল না। তখন দেশ ছেড়ে কোথাও যাওয়া মানে নিশ্চিত বিপদে ঝাপ দেওয়া। অনেক তর্ক হোল, তর্ক শেষে এক বন্ধুর কথাটা খুব কানে বাজে, “যাচ্ছিস যা, এমনি তেও যেয়ে বাকি জীবন কে এফ সি আর ম্যাকডোনাল্ডসে কাজ করতে হবে, বাসার কাজ কর্ম কিছু শেখ।” আমার জেদ চেপে গেলো।

বাবা মা থেকে ও ছোট খাটো ওজর আপত্তি ছিল। আমরা কানে তুললাম না। মাত্র ২৬ বছর বয়স ছিল তখন। পৃথিবীটা নেড়ে চেড়ে দেখার জন্য বয়সটা যথেষ্টই বটে। আমার এখনো মনে আছে জুলাই মাসের সেই দিনটা, যখন আমরা অস্ট্রেলিয়ার জন্য প্লেনে চাপি। আস্তে আস্তে চোখের সামনে থেকে সরে গেলো চিরচেনা পথ ঘাট, স্বজন দের উৎকণ্ঠিত মুখ গুলো। ভীষন কনে কনে ঠান্ডার এক রাত্রে আমরা সিডনী নামলাম। আমরা মানে আমি আর সাজিদ- টু মেন আর্মি। আর আমাদের সম্বল চারটা সুটকেস। ভীষন ঝলমলে রাতের সিডনী। আমার মনে আছে আমি সাজিদ কে বললাম, শেষ পর্যন্ত আসতে পারলাম। দেখি কপালে কি আছে!

পরবর্তী কয়েক সপ্তাহে আমাদের জীবন আমূল বদলে গেলো। বলা যায় অস্ট্রেলিয়াই বদলে দিল। পথ ঘাট কিছু চিনি না। প্রথম কদিন ম্যাপ দেখা শিখলাম। এদেশে ম্যাপ দেখে দেখে বাড়ি খুজতে হয়। বাসা বাড়ি ভাড়া খুজতে কাজে লাগলো। বহু কষ্টে নানা দিন খোজা খুজির পরে বাসা পাওয়া গেলো। এক বৃদ্ধ ডাক্তার মি আর মিসেস খান্না দম্পতি তাদের প্রাসাদসম বাড়ির পেছনে আমাদের ভাড়া দিলেন। হাতের কাছে কিছু ছিলনা, বিয়ের কার্ডের খামে ভরে



Dr. Suranjana Jennifer Rahman

বাসার এডভান্স দিলাম। ভদ্রমহিলা বাড়ি ছাড়ার দিন হুবুহু খাম টা ফেরত দিয়েছিলেন।

আমরা ওলঙ্গ এর মত পাহাড় ঘেরা সমুদ্রতীরের এক শহরে অস্ট্রেলিয়া জীবন শুরু করলাম। ইউনিভার্সিটিতে যাওয়া আসা শুরু হয়ে গেলো। আমরা ক্লাস করি, গ্রুপ স্টাডি করি, ভুলেও কাউকে বলি না, আমরা টু মেন আর্মি। পাছে আবার প্লেজারিজম এর ফাঁদে আটকা পড়ি। দেখতে দেখতে প্রথম সেমিস্টার পার হয়ে গেলো, আমরা আস্তে আস্তে চারপাশ চিনতে শিখছি। আশে পাশে যাকেই দেখি সে স্থায়ী ভাবে থাকার প্ল্যান করছে। আমি জানি না আমাদের কি হবে।

একটা একটা করে দিন যায়, দেশ থেকে ধারণা নিয়ে আসা নিকট আত্মীয়- বন্ধুসহ আস্থার জায়গা গুলো দ্রুত নিজের রঙ বদলে ফেলে। মনে আছে তখন শুধু হাটতাম, শুধু হাটতাম, জানিনা সামনে কি হবে। চোখ বুজলে মায়ের মুখটা মনে পড়ে, নিজের রুমটা মনে পড়ে, জানা- লায় দেখা বৃষ্টিটা মনে পড়ে, নিজের প্রিয় শহরটা মনে পড়ে। দিন শেষে ক্লান্ত শরীরে ফিরে রান্না বান্না করা, ঘর গোছানো। ওহ বড় কঠিন সেই সময়। আবার এক ই সাথে আনন্দের ও। সবকিছু নিজের মত করে জানা, বোঝা। সেটাও তো কম পাওয়া না।

আস্তে আস্তে এখানে থাকার ব্যবস্থা হোল। মেডিকেল কাউন্সিলের পরীক্ষা গুলো সামনে এলো। কাগজের পরীক্ষার পরে আসল পরীক্ষা যেন চাকরি খোজা। কত টা বৈধ পরীক্ষা দিয়ে একেক জন চাকরি নিশ্চিত করেছেন তা ভুক্তভোগী মাত্রই জানেন। লেখাপড়া আর চাকরীর কারনে লাস্ট ‘ক বছরে অস্ট্রেলিয়ার অনেক গুলো শহর ঘোরা হয়েছে আমাদের, থাকা হয়েছে। যেখানেই গেছি, বুকের মধ্যে বাংলাদেশ বয়ে নিয়ে গেছি। অশ্রুধর অনেক অভিজ্ঞতাই হয়েছে। সে আরেক গল্প, আরেক দিন বলবো।

এত কিছুর মধ্যে এই অস্ট্রেলিয়া দেশটা আমাদের আপন করে নিয়েছে। দিয়েছে দু হাত ভরে, কার্পন্য করেনি। আজ পেছনে ফিরে তাকালে মনে হয় সব কিছুর দরকার ছিল জীবনে। এই স্বেচ্ছা নির্বাসন বড় জরুরী ছিল। নিজের স্বাধীনতার জন্য, নিজের স্বনির্ভরতার জন্য। এই এক জীবনে যা শিখেছি তা বোধহয় আর অন্য কোনভাবে শিখতে পারতাম না।

মাঝে একদিন আমি আর সাজিদ মিঃ আর মিসেস খান্নাকে দেখতে গিয়েছিলাম। যেয়ে শুনি খান্না সাহেব নেই। ২০১৫ তে চলে গেছেন কর্কট রোগে। প্রাসাদসম সেই বাড়িটিকে বড় নিসঙ্গ আর জৌলুসহীন মনে হোল। আর কখনো দেখা হবে না ভেবে খুব খারাপ লাগলো।

এভাবেই প্রায় এক যুগ পার হয়ে গেছে অস্ট্রেলিয়াতে। সেই দিনের চার সুটকেস মালপত্র ছড়িয়ে ছিটিয়ে এখন কই চলে গেছে তার হৃদিস জানা নেই। টু মেন আর্মি হিসেবে এখনো কাজ করে যাচ্ছি। চার সুটকেসের সাথে একজন জলজ্যান্ত মানুষ যুক্ত হয়েছে। তার মধ্যে ফেলে আসা বাংলাদেশ কে খুজি আমরা। আসলে আমরা ফেলে আসা

সময়টা খুজতে থাকি। রেখে আসা মুখ গুলো খুজতে থাকি। আমরা যারা প্রথম প্রজন্ম প্রবাসী তাদের এই এক সমস্যা। আমরা কাটিয়ে আসা কৈশোর আর যৌবন কে সাথে নিয়ে চলতে চাই। স্মৃতি আর আমাদের ছাড়েনা। আমরা বর্তমান আর অতীতের মাঝে বাদুড়বো-লা হয়ে চলতে থাকি।

এর মাঝে ম্যাকডোনাল্ডসের সামলের জটলা দেখে সেই বন্ধুটির কথা মনে পড়ে গেলো। ধন্যবাদ তাকে, ওভাবে না বললে এই সুন্দর দেশটা দেখাই হোত না। সাথে একবার এটাও মনে হোল, কি হয় সময়টা থমকে গেলে। সব পেয়েছির এই খেলা বন্ধ করে আবার ফিরে গেলে সেই খোলা বারান্দায়, সেই শহরে, সেই ছুড খোলা রিকশায়। ভীষন বাস্তববাদী মন পাশ থেকে ফোঁড়ন কেটে বলে, সব থাকলেও সেই মানুষগুলো আর নেই। আর কখনো থাকবেও না। আহ সময়। বড্ড তাড়া তোমার।

“হাজার মুখের ভীড়, তবু একা একা

ভুল পথে যদি আবার, হয়ে যায় দেখা।”



engvb Ræb

ডাঃ শফিক রহমান

চারপাশটা যেন কি এক বন্ধনে জড়িয়ে আছে
মনে হয় কতদিনের আত্মিক সম্পর্কে জড়িয়েছি
রাতের তারা থেকে শুরু করে বাকবাকে উজ্জল
দিন -- বহমান খরশ্রোতা নদী
যার বুক চিরে চলে যায় অসংখ্য নৌকা
ষ্টিমার, আরো কত কি বিচিত্র নৌযান
কত বিচিত্র জনপদ দিয়ে
মনে মনে ভাবি তাই - অসংখ্য তারার মাঝে
আমিও একদিন হারিয়ে যাবো
পৃথিবীর সব সুখ দুঃখকে ভুলে
প্রাচীন পৃথিবীর পথে অনেক দূরে।
আমার এই অপূর্ব মায়া জড়ানো
সকালের রোদ্দুর আর
বিকেলের ঘরে ফেরার মিছিল থেকে।
তারপর ও কথা থেকে যায়--
এ পৃথিবীর সব দুঃখ যদি সুখ হয়ে যেতো
সব হত্যা যদি বন্ধ হয়ে যেতো
আবার যদি শান্তির পায়রা দেখা যেতো
আমি হয়তো আবার চাইতাম
জীবনানন্দের মত ফিরে আসতে
আমার সেই ছোট্ট শ্যামলিমা ঘেরা
সুদূরের সেই গাঁয়ের পথে।।



Dr Shafiqur Rahman

gb K'v#giv

ডাঃ জেসমিন শফিক

ঝাউ বনে মাতাল হাওয়া, পাতার মর্মর ধ্বনি
গোধূলির নির্জনতা, পাখীদের নীড়ে ফেরা
মুখোমুখি দুজনার বুঝি এই তো সময়
হাত দুটো ধরি পরম মমতায়
স্মৃতির সেলুলয়েডে ভেসে যায় কত ছবি
কবে কোন সুদূরে হয়েছিলো দেখা
কনে দেখা আলায় - ছিলো মুগ্ধতা দুচোখে
মৃদু স্পর্শে ছিলো শিহরন,
আশায় ছিলো আশঙ্কা তবুও,
ভীরু পায়ের আলতো ছাপ
শ্রোতের উজানে গা ভাসানো
গুঞ্জন ধীরে হল কোলাহল
কত অজানারে হোল জানা
প্রিয় কিছু জন হোল দেয়ালের ছবি
স্নেহের ফল্গুধারা বইলো কলকল
ভালোবাসি ভালোবাসি
সেই চোখ খোলা হাসি
জীবন কাঠি যেন
টেনে নিয়ে চলে কালের প্রহরে।
হঠাৎ থমকালো বয়সী অবয়ব
মনে হল চারপাশ খালিজুলি
শুধু সেই চোখ সেই হাসি
এখনো বুকে দেয় দোলা
ওই দুটি হাত মসৃণ নয় আর
চোখের কোণে বলিরেখা স্পস্ট
তবুও কি নির্ভরতার ঠিকানা এই বন্ধন।
চোখ দুটো বোঁজার ক্ষণেও
রয়ে যায় জলছবি হয়ে।।



Dr Jesmin Shafiq

Angvi tPvL Zog

ডাঃ সামছুল আলম (বারু)

নিস্তন্ধ কবিতার মত
হৃদয় ছুঁয়ে যায়
তোমার এই ভাষাহীন আঁখি,
অপলক দৃষ্টির সীমানায়
নিমিষেই হারিয়ে যাও
কোনো এক অজানা দেশে
খুঁজে ফিরি দিনমান
তবু দেখা মেলেনা তোমার।
অনেক কথার মালা গেথে মনে
ঝড়ো হাওয়ায় উত্তাল নদীর ঢেউয়ে
পালতুলে শক্ত হাতে হাল ধরে,
খুঁজে ফিরি সেই অজানা দেশে
যেখানে তুমি লুকিয়ে ছিলে
অনেক ঝিনুকের মাঝে।
নিজেকে আড়াল করে
কতকাল সুখে ছিলে
হঠাৎ বিকশিত হয়ে অবশেষে বেরিয়ে এলে
মুক্তার মালা হয়ে,
আলোকিত করে দেখতে পেলে
আর একটি নতুন জীবন
দেখা হলো বেলা শেষে
মিশে গেলে নদীর মোহনায়
অনন্ত কাল ধরে চির সুখের আশায়।



Heavens, Hawking and HIM

Since time immemorial people used to look up in the stars in the sky (Heaven) and wondered what are those, how those behave, how those are related to themselves, what impact those can have on their well being and fate. They had speculated many things, few did close observations and calculations and some developed theories. We know Newton's principles of gravity, Einstein's theory of relativity and Hubble's observation. Since Hawking's "A Brief History of Time", I was intrigued and overwhelmed with astrophysics and cosmology. Hawking's book had "black holed" me into this "event horizon" of effort to understand this universe. While reading Quran, I was amazed by a few ayats in this context which I would like to share today.

Milky way, the galaxy we are living in, has 400 billion stars (estimated so far); each one of them are like our sun but of varying sizes. Cosmologist had observe that, all these stars to stay together and to rotate around the center of the galaxy, force of gravity is not strong enough. It needs at least 10 times bigger mass, than what we can observe as stars, to hold all these stars together. An analogy can be like the leaves of a big tree. The stars are like those leaves. The branches and the trunk of the tree, which are holding them is say invisible, and that what scientist calls "Dark matter". This is "Dark" because scientists understand the existence of that, but don't know what that is. This dark matter is holding all these stars and shapes the galaxies as if Someone has put all these group of "blueberry" stars of a galaxy into a "muffin" like dark matter.

Sura 15 Al-Hijr, Ayat 16: And indeed, We have put the big stars in the heaven and We beautified it for the beholders

Sura 25 Al-Furqan, Ayat 61: Blessed be He Who has placed in the heaven big stars, ...

Sura 85 Al-Burooj, Ayat 1: By the heaven, holding big stars.

When Einstein had observed the universe, he theorized that the galaxies beyond ours are all static in their places.

But Hubble with his telescope had observed clearly the galaxies are in fact running away. At first, cosmologists had thought this runaway galaxies are the effect of the Big-bang. But later, they had realized that the further the galaxies are away from us, faster they are going away from us; as if, some force or energy are driving them away from each other. Then scientists theorized "Dark energy" which constitute 74% of this universe.

Sura 51 Adh-Dhariyat, Ayat 47: With power did We construct the heaven, Verily, We are able to extend the vastness of space thereof.

The space is expanding, driving all the galaxies with this expansion. Cosmologists calculated that at the "edge of the universe" the speed of expansion of space exceeds the speed of light. Which means we will not be able to see those galaxies containing stars.

Sura 81 At-Takwir: Ayat 15-16: So I swear by the retreating stars, those that run (their courses) and disappear

In his book "The Grand Design", Hawking argued about god and finally draws a conclusion that the universe does not need a god to be created because universe has it's "own properties and principles" to create itself. He gave example of two scientists' written computer program where one dot self generates another dot, that leads to others dots, forming clusters and so on. But my take home message from that is those two scientists had wrote those "principles and laws" for that computer program and used "computer" where it all had happened. Question is who had made all the laws and principles for this universe to govern. I conclude with this:

Sura 50 Qaf, Ayat 6: Have they not looked at the heaven above them, how We have made it and adorned it, there are no rifts(flaws) in it?



Dr Mohammad Fazle Rabbi



Best Wishes

to All Members of Bangladesh Medical Society NSW



Dr Md Mirjahan Mia
MBBS, MPH (Dha), FRACGP
General Practitioner
General Secretary, Bangladesh
Medical Society NSW
Proud to be a member of BMS



Dr Fahima Satter
MBBS, FRACGP
General Practitioner
Proud to be a member of BMS

GREETINGS FROM DR NAJMUN NAHAR TO ALL MEMBERS OF BANGLADESH MEDICAL SOCIETY NSW



DR NAJMUN NAHAR
CHAIR EDUCATION SUB COMMITTEE
BMS NSW



**HILLTOP
SURGERY**

Dr. Khaledur Rahman

MBBS (Dhaka)

Mon: 9:00am to 7:45pm

Wed - Fri: 9:00am to 5:30pm

Sat: 9:00am to 1:00pm

(02) 4889 8456

**4 Vera St
Hilltop NSW 2575**



Safe
Your financial future



CHARTERED ACCOUNTANTS
AUSTRALIA • NEW ZEALAND



Ashoke Kundu

Public Accountant & Registered Tax Agent
Financial Adviser Justice of peace



Tariq Zaman

MBA, Dip. In. F.S.
Financial Adviser



Safe Accountants

- Audit
- Business Advice
- Tax Advice
- Bookkeeping



Safe Financial Planning

- SMSF Advice
- Super
- Tax Planning
- Personal Insurance



Safe Insurance

- Business Insurance
- Car Insurance/ CTP
- Public Liability
- Home & Landlord

SHOP-1 | 842 BOTANY ROAD | MASCOT | NSW 2020

T: 93 172 721 F: 8076 1504

Web: www.safeaccountants.com.au

E: info@safeaccountants.com.au | E: info@safegeneralinsurance.com.au

*Your property
is one of a kind,
and so are we.*

Your acreage or lifestyle property is not the average home and we recognise that.

At Cutcliffe we create bespoke campaigns, we go the extra mile, literally, and we have specialised knowledge when it comes to selling your unique home or investment.

Give us a call today if you would like some specialised advice on marketing or valuing your acreage or lifestyle property and find out why we're your perfect agency match.

Mulgrave 4587 8855 or 0410 655 126

North Richmond 4571 2500 or 0414 363 707

Dural 9651 5666 or 0447 878 848

www.cutcliffe.com.au

 **CUTCLIFFE**
Acreage & lifestyle properties



TY Francis
ACCOUNTING & TAXATION

HIGHLY EXPERIENCED IN THE ACCOUNTING NEEDS FOR MEDICAL PROFESSIONALS

"At TY Francis, the service is always very personalised – Tannous is as transparent, approachable and an extremely knowledgeable and experienced consultant who is determined to help our business grow".

Dr Mamdouh Matar and
Dr Victoria Gorelik
Hurlstone Park Medical Centre

"Highly professional, state of the art service, extremely organised, up to date with tax legislation, and very trustworthy. Having been handling my tax for over 15 years, Tannous and Helen have helped me to develop and grow my business effectively and successfully with peace of mind. I know that all your clients will be as satisfied as I am and I look forward to being one of your most appreciative and loyal clients for years to come".

Dr Ammar Mortada
Director / Cardiac Health Clinic

T (02) 9550 9999
F (02) 9564 3063
E enquiry@tyfrancis.com.au
M PO Box 369
Dulwich Hill NSW 2203

Ground Floor, 1/475 Marrickville
Road, Dulwich Hill NSW 2203

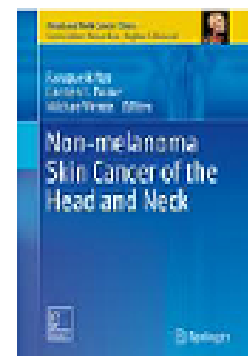
www.tyfrancis.com.au

"Sound accounting knowledge, good record keeping, all-round performance across personal/business/SMSF, competitive fees and taking responsibility for the clients are the key things we expect from an accounting company. In addition, being so time-poor, easy availability for advice over the phone and prompt action are essential for me. I am fortunate to get an excellent accounting service with all those aspects from Tannous and his team. No wonder I have been in business with them for the last 19 years with great satisfaction. I wish their ongoing success and further prosperity in business".

Dr Sabbir Siddique

Providing Services in adult and paediatric ENT/sino-nasal surgery/head and neck oncosurgery/laser laryngeal surgery/robotic surgery/thyroid and salivary gland surgery

- Education Ministers Students Prize
- Dux of High School
- Anatomy Medal 1997
- First Class Honours MBBS 2002
- Master of Surgery (MS)
- Royal College of Surgeons Prize Highest Score in FRACS Part 1 2005
- Best Published Paper College of Surgeons (HK) 2009
- Post-FRACS Fellowship Cambridge University Hospital (UK) 2011-2012; Dr Riffat was the first Australian surgeon to have undertaken this head and neck cancer surgery fellowship in Cambridge
- One of a handful of Australian ENT surgeons to be fully registered for specialist practice in Australia (See AHPRA website) and UK (see GMC UK Specialist Register)
- Unique experience of working as a consultant in top academic tertiary hospital in UK (Cambridge University Hospitals) and Australia (Westmead Hospital, University of Sydney)
- Transoral robotic surgery training University of Pennsylvania
- Fellow of International College of Surgeons (FICS), Chicago USA
- Fellow of American College of Surgeons (FACS)
- Dr Riffat was co-convener of head and neck section of Annual Scientific Meeting of Australian Society of Otolaryngology meeting in Sydney in 2015. This is the largest annual meeting of ENT Surgeons in Australia (www.asohns.org.au)
- Co-organiser of World Congress of Larynx Cancer in July 2015 (www.wclc2015.org)
- Lead organiser of ENT Masterclass Australia (www.entmasterclass.com)
- Release of book "Non-melanoma skin cancer of the head and neck"
- Editorial Board Australian Journal of Otolaryngology (www.theajo.com)





WERRINGTON COUNTY MEDICAL CENTRE



WERRINGTON COUNTY SPECIALIST CENTRE



BULK BILLING AVAILABLE

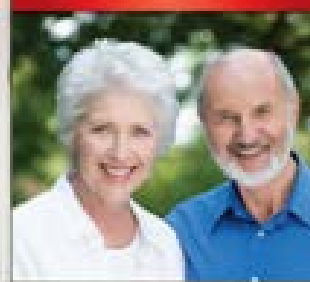



WERRINGTON COUNTY
SPECIALIST CENTRE
02 9833 4463
02 8605 6695
Please use other entrance

OPEN 7 DAYS



02 9833 4463
02 8605 6695



WERRINGTON COUNTY MEDICAL CENTRE

BULK BILLING AVAILABLE



OPEN



OPEN 7 DAYS



WERRINGTON COUNTY MEDICAL CENTRE

DR. MOTI RAHMAN
M.B.B.S, DCH, FRACGP

Werrington County Shopping Village
Shop 12, 511 Dunheved Rd.
Werrington County - 2747
Ph: (02) 9833-4463
Fax: (02) 9833-4244

Mon-Fri: 08.30 am till 6.00 pm
Sat-Sun: 09.00 am till 2.00 pm



Shahnaz Perveen is working as a Specialist GP in Sydney. She is current BMS-NSW member. She was passionate about singing since her childhood, so she completed Tagore song course from "Sangit Bhavan" in Dhaka and her teachers were Janab Kalim Sharafi, Shilpi Rizwana Chowdhury Bannya and Shilpi Sadi Mohammad. 'G-series' of Dhaka released her first Solo Tagore song album in January 2018.

CD's are available in Sydney.

Contact : Dr. Rashid Ahmed

Ph : 0406982502

Email: ahmedrnz2009@gmail.com

Practising Psychiatry in Bangla - Dr Tanveer Ahmed



I am one of the very few Bangladeshi, fully qualified psychiatrists. This is a shame for there is certainly a great need. My impression is that it is particularly difficult for those that have trained in Bangladesh to complete examinations in psychiatry. I failed the examinations twice myself despite being locally trained at Sydney University and Royal North Shore Hospital, so one can imagine the challenge for overseas trained doctors regarding the performance element. This is particularly the case in psychiatry where so much of it is based on verbal and non verbal skills in communication.

It is a great pleasure and privilege seeing the many Bangladeshi patients that come to

me. They are referred from all over the city and even Canberra, where there is a great shortage in private psychiatrists.

It is particularly enjoyable for me to try and practise my Bangla in a clinical setting.

I have always taken a degree of pride in my spoken Bangla. Despite being raised in Australia since I was six years old, marrying a white woman and being thoroughly ingrained into Western life, at least my spoken Bangla was superior to many other of my contemporaries who had also grown up in Australia.

I put this down to our regular return trips to Bangladesh allowing us to form genuine relationships with our relatives. I have always felt a little embarrassed to talk English with my parents which also helped retain my linguistic skills. Several months

as a medical student living in Bangladesh also improved my skills significantly.

Now that I am one of the one of the very few psychiatrists with any kind of spoken Bengali, I find myself regularly assessing and treating patients through the language of Bangla. It is particularly difficult in mental health because it encompasses some of the deepest and intimate aspects of the human experience.

The standard of my Bangla is often not adequate. I feel the same twinge of embarrassment when I am forced to retreat into Australian accented English, even though I recognise it is essential not to compromise clear and succinct information regarding treatment.

Sometimes it is enough to greet my Bangladeshi patients in “Salaam alaykum” or “ki obostha?” to establish rapport and then move on to English. Alternatively the patients just go on speaking Bangla while I respond in English. This can be a reasonable compromise.

But there is a great satisfaction that comes to me from being able to assess and treat psychiatric patients entirely in the language of Bangla. It is nigh impossible to take thorough histories of some aspects of the history. For example understanding psychiatric phenomenology such as the experience of hearing voices, receiving messages from the television or the full extent of paranoid thoughts is not always possible. Furthermore I would never attempt to extract a sexual history in Bangla and often avoid this topic altogether unless absolutely necessary. This may be something I need to come to terms with given sexual side effects are a common feature of the medications I prescribe.

A common aspect of seeing Bangladeshi patients is attempting to explain to them their symptoms such as dizziness, headache or tachycardia are a physical manifestation of psychological distress. It might come out like this : “Amadher culture manushik rog onek shomoi physical batha otheba matha ghura-ghuri common “ Many of my Bangladeshi patients are referred to me after being examined by cardiologist or neurologists for symptoms that do not appear to have a clear physical basis. This is very common in non Western cultures in particular.

This is of course a mish mash of Bangla with some bits of English, but it is mainly Bangla nevertheless.

A patient group that is common these days are

recently arrived women involved in arranged marriages. They find themselves suddenly cut off from their families and communities in a strange land with limited language skills and an inability to apply any job related skills they may have obtained in Bangladesh. Their marriages are often not ideal which also heightens their difficulties. I am a strong believer that arranged marriage has lesser chance of success today in the urban West than ever before. The idea makes more sense when we were living in clans and there was not such a pressure on the individual relationship. Furthermore, marrying from Bangladesh heightens economic difficulties because those with overseas qualifications, no matter how impressive, tend to take many more years to establish themselves in Australia.

For all these reasons this patient group of newly arrived women in arranged marriages is a very common presentation, usually with some form of physical symptom such as dizziness or headache which is inevitably a form of an anxiety or depressive disorder. They usually improve with low dose anti-depressants and some psychological input from one of the handful of excellent Bangladeshi psychologists we have.

A growing and more concerning group of clients are those that been involved in violent or abusive relationships. While I do not have official statistics regarding domestic violence in our communities my impression is that it is very common. It obviously exists across all communities, but it is almost certainly more common in South Asian communities. This is partly due to more traditional ideas of gender roles and also the dramatic changes that can occur with female roles once they have moved to the West. Fathers also struggle with managing their daughters growing up locally and don't always come to terms with the loss of status they might feel after losing their careers in Bangladesh to more lowly positions locally. Patients from such trauma backgrounds have more serious symptoms of anxiety and sometimes features of post-traumatic stress. They usually need more aggressive therapy and psychological input to reduce their sense of what is known as “learned helplessness” after years of accepting abuse to spare the pain of a break up for their children.

International students are difficult to treat because they often lack access to Medicare. They have high rates of emotional pressures given their families have spent huge amounts of money

2017 to try and obtain an overseas degree and in turn permanent residency. They are usually unprepared for the sudden freedoms of alcohol or more liberal attitudes around sexuality. I have seen several students develop serious problems around alcohol because they had no experience of how to handle it.

Another complicating factor for International students is that they arrive with little experience in being independent at home. Having had either servants or their mothers do every little household task for them for many years, they are incapable of managing domestic tasks. They can barely boil an egg or wash their clothes. This compounds the stress of trying to complete their studies or manage a job and their household. A greater focus on allowing greater independence for all our children is worth noting for all Bangladeshi parents, especially because building autonomy is not of great priority in our parenting culture. This can also be a factor in later career success because Bangladeshis, like many other Asians, are

sometimes accused of having greater difficulty taking initiative and coming up with new ideas in the workplace.

Overall stigma around mental health is improving in our culture I believe, especially for those living locally. I suspect it still has some way to go in Bangladesh. We come from cultures of shame and honour, of seeing ourselves very much through the collective. This has many positives, especially given one of the problems of modern life is excessive individualism, but it can also create problems with regards to stigma or feelings of shame with regards to mental health.

My field has deep Western roots for it ultimately places unique significance to the individual emotional experience, an emphasis that is barely a few centuries old. But there is much to contribute in my role attempting to help Bangladeshis come to terms with balancing their traditions with modernity and attempting to make sense of their psychological lives at a time of extraordinary disruption.

Best wishes to the BMS members with Annual Dinner and Cultural Program

Abu B Siddiquee CPA JP
B. Com (Hon. Accounting/Taxation) M.Com

P: 02 9771 2360

M: 0422 317 163

E: abs@abscpa.com.au

W: www.abscpa.com.au



Postal Address: PO Box 1044 Revesby NSW 2212

A friendly accounting & taxation services practice for Small businesses in total confidence...

Looking through the Lens – My first music video

I remember the afternoon that Gias uncle visited our house with a rather cheeky smile on his face as if he was going to request something. “Farin baba Tui Ki Ekta Project Nibi!?” (Would you like to take on a project for me?) He asked with a hopeful tone. I was intrigued as to what this project may entail so I abruptly said yes without even knowing the details yet. However when Gias uncle explained that he wanted me to make his first ever music video for him I was ecstatic that he asked me but also a bit apprehensive as I never made a music video before.

The song Gias had chosen was called “E Kon Chobi Ti”, which is actually one of his own songs that he composed during the year of 2017. Dr. Suman Lahiri wrote the lyrics and the track was composed by John Roy and Khalid. When I first listened to the song I absorbed it's calm yet engaging tone and immediately knew that I wanted to film some of the scenes at a beach setting. The video begins in our family granny flat and portrays a very stoic and reflective Gias uncle. I decided to use white LED cool-toned lights that contrast against the black backdrop. In order to focus on his face we used 3x LED umbrella lights positioned at each corner provided by Gias uncle. With my canon 70D set to manual I adjusted the ISO around 200 and f/1.8 to create a visually stunning bokeh affect. I was able to capture his deep thought process using a montage of close-up panning shots to emphasize his pensive nature. I was then able to highlight the superimposing effect that the combination of guitar, flute and moudira before the vocal began. This reflected the emotive entrance of the song where the singer exemplifies the inner turmoil between his nemesis and sweetheart.

We decided our second setting would be shot at the scenic view of Newcastle Bar Beach. With high hopes we aimed to wake up early to catch the sunrise but inevitably no one could get up so we settled for the sunset. I really admire the infectious enthusiasm of Gias uncle. He surprised us by bringing 7 sets of outfits in order to ensure we would pick the best one for the video.

He surely had faith in us! After careful consideration we ended up going with the simple but sexy black turtle neck sweater. Later we also included a few shots with a grey version of his sweater for variation.

The pre-production stage of this project was by far the lengthiest and complex part of this experience. Particularly the audio and video syncing process was an extensive procedure, for many people who don't know it is much harder than it looks. My respect for videographers and video editors has increased manifold after editing this video.

The equipment I carried around at the beach was a tripod that was bigger than me, and a professional DSLR that looks too expensive for a 15 year old to be holding. By the end of the 2-hour shoot I became fatigued and developed a hunchback holding such heavy equipment compared to my small stature. My sister was there for assistance while my dad held up his iPhone playing the audio track of Gias uncle's raw song. It was a hilarious scene given the fact that so many Aussies walked passed us with a confused yet intrigued look on their face not knowing what was going on.

Overall, this was an extremely rewarding experience once we saw the final product after weeks and weeks of editing. Along this journey, I learned just how much hard work and time goes into a 4-minute music video. After all the blood, sweat and tears I am surprinsly pleased with ultimate outcome of the video! Please kindly watch, like and share the final video on **YouTube Link to the video: <https://www.youtube.com/watch?v=X-v1VUcAhKs>**.

P.S. A few days after the video was published on YouTube Gias uncle visited our house with yet another cheeky smirk on his face requesting to collaborate with him for a second project, I'm not sure if I can go through this again! But we'll see...



মানুষ মানুষের জন্য Please Donate Wholeheartedly

New Online donation system for Ahsania Mission Cancer & General Hospital, Dhaka, Bangladesh. Rotary project No, 87-2010-11

From now on, donors for **Ahsania Mission Cancer Hospital** can make their own donations personally through Rotary Australia World Community Service (RAWCS) website by either of

Credit card,
Direct deposit via their bank website or
By cheque at any CBA branch or by posting a cheque to the RAWCS National Office.

The direct link to our project for donations is:

<https://donations.rawcs.com.au/Default.aspx?ProjectID=479&ReturnTo=4>

As the screen for donation pops up, follow the following procedure:

- **Credit card** – they will fill out their details, click the button “PAY NOW”, and they will receive their receipt by return email within a minute of the donation being made.
- **Direct Credit** – they will fill out their details, click the button “NEXT” and they will be sent an email within minutes containing the RAWCS bank details and a payment reference number. The donor then has to either:
 - 1 Go to their personal banking website and make an online payment to the RAWCS account, identifying the deposit with the reference number given in the email.
 - 2 Take a cheque to any Commonwealth Bank and deposit it into the RAWCS Bank account and identify the deposit with the reference number given in the email.A receipt will be sent by email to the donors email address once the cheque has been cleared into the RAWCS bank account.
- **Cheque (by mail)** - they will fill out their details, click the button “NEXT” and will be sent an email within minutes containing the RAWCS mailing address and a payment reference number. The donor writes the reference number on the back of the cheque and mails it to the address given in the email. A receipt will be sent by email to the donors email address once the cheque has been cleared into the RAWCS bank account.

Donors can also choose to make recurring donations - (**Fortnightly, monthly, quarterly, biannually, annually**) by any of the means above.

If you have any questions please do not hesitate to contact any one of us.

Mrs Abdul Haq 0425260239

Rubayat Haq 0411860616

Dr. Ayaz Chowdhury 0414372485



JANS Family Health Practice **Dr Shafiq Rahman**

MBBS DipUro FAUS (Austria)
D uroc (London) FRACGP (Australia)

Clinical Lecturer University of Sydney

Medical Centre
Bulk Billing



Opening Hours:
Monday - Friday 9:00am - 5:00pm
Saturday 9:00am - 3:00pm

Phone: (02) 4707 5772
Fax: (02) 4707 5773

447 High Street, Penrith
NSW, 2750 (Back of Terry White Chemist)

Dr Sultana Syeda (MBBS, FRACP)
Dr Syeda is a Respiratory and Sleep Physician in NSW, Australia. She is affiliated with Thoracic Society of Australia and New Zealand, European Respiratory Society and Australasian Sleep Association as member. Dr Syeda is a conjoint lecturer at UNSW.

Dr Syeda completed her postgraduate training in Sydney's Royal Prince Alfred Hospital and specialty training in Sydney's Prince of Wales Hospital.

Dr Syeda is a staff specialist at Bankstown Lidcombe Hospital and VMO at Prince of Wales Private Hospital.

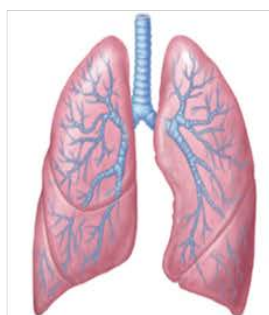
She manages all kinds of respiratory diseases and sleep disorders.

Her practices are located in Bankstown (Bankstown Respiratory and Sleep Disorders clinic, Phone: 97902378), Maroubra and Fairfield (Centurion Health Care, Phone: 97982322).



**DR SULTANA SYEDA
(MBBS, FRACP)
CONSULTANT PHYSICIAN
RESPIRATORY MEDICINE
& SLEEP DISORDERED BREATHING**

**BANKSTOWN RESPIRATORY
AND SLEEP DISORDERS SPECIALIST
SUIT2, L5, 41-45 RICKARD RD
BANKSTOWN 2200
TEL: 02 9790 2378
FAX: 02 9790 2185**



**18 NELSON ST
FAIRFIELD NSW 2165
1 WALSH AVENUE
MAROUBRA NSW 2135
TEL: 02 9798 2322
FAX: 02 9798 2355**

i-CARE MEDICAL CENTRE

BULK BILLING

- ❖ MODERN FACILITIES
- ❖ MALE & FEMAL DOCTORS
- ❖ GENERAL MEDICINE
- ❖ GERIATRICIAN (Aged care)
- ❖ PSYCHOLOGIST
- ❖ DIETITIAN
- ❖ PHYSIOTHERAPIST
- ❖ PODIATRIST

Available Doctors

Dr Habib Hassan • Dr Nazmul Huda

OPEN

WEEKDAYS 8:30AM - 6:00PM

WEEKENDS 9:00AM - 5:00PM



Level 3, 1 North Terrace
BANKSTOWN NSW 2170

Phone: 02 9782 1500

Fax: 02 9782 1588

SOON TO BE OPEN LATE

CASULA CENTRAL MEDICAL CENTRE

BULK BILLING

- ❖ MODERN FACILITIES
- ❖ MALE & FEMAL DOCTORS
- ❖ GENERAL MEDICINE
- ❖ GERIATRICIAN (Aged care)
- ❖ PSYCHOLOGIST
- ❖ DIETITIAN
- ❖ PHYSIOTHERAPIST
- ❖ PODIATRIST
- ❖ EXERCISE PHYSIOLOGIST

OPEN

WEEKDAYS 8AM - 6PM

WEEKENDS 9AM - 5PM



Shop 6B/633-639 Hume Highway
CASULA NSW 2170

Phone: 02 9601 3175

Fax: 02 9601 7087



Available Doctors

Dr Habib Hassan • Dr Nazmul Huda • Dr Nahida Sarkar

Circumcision (মুসলমানি) Clinic

at the Sefton Medical Center

NEWBORN | OLDER INFANTS |
CHILDREN | ADOLESCENTS ADULTS

Introducing First Time in Australia The Pollock Technique



Dr. Mohammad Sharier

MBBS, FRACGP

Certificate in Skin Cancer Medicine (University of Queensland)

Diploma in Skin Cancer Surgery (Australian College of Cutaneous Oncology)

***“A quick and virtually painless
circumcision technique”***

Sefton Medical Center

9/151, Wellington Road, Sefton NSW 2162, Tel: 1300523935 | 0282118888

www.gentleprocedures.com.au



Onsite & Remote Medical IT Support For Your Practice With Free IT Check-up

- Onsite & Remote It Support
- Software Installation
(MD, Genie, Best Practice, D4W)
- Cloud & Onsite backup
Services.

- Disaster recovery, Network
Security
- PC, Laptop, Printer, Network
Devices sales, Repairs &
Upgrades.
- Server Maintenance

www.itassurance.com.au

Phone: 02 8959 7836 Mobile: 04327 5176

Email: info@itassurance.com.au

7 Harrow Road, Glenfield, NSW-2167

Best Wishes To Members of BMS NSW



Dr Shamsul Alam
MBBS, FRACGP
General Practitioner

Bay Healthcare Medical Center
520 Princes Highway
Rockdale NSW 2216
M: 02 9597 6655, F: 02 9597 4132



Dr Nazma Alam
MBBS, FRACGP
General Practitioner

Bay Healthcare Medical Center
520 Princes Highway
Rockdale NSW 2216
M: 02 9597 6655, F: 02 9597 4132

BEST WISHES FROM DR HOSSAIN AHMED



DR HUSSAIN AHMED
BMS
EXECUTIVE COMMITTEE MEMBER



BEST WISHES FROM DR RAFIQUUR RAHMAN BABUL



DR RAFIQUUR RAHMAN BABUL
IMMEDIATE PAST PRESIDENT
BMS, NSW



my realty nsw

BUYING | SELLING | RENTING
PROPERTY MANAGEMENT

0424 66 1944



one team | one goal



6 Perisher Circuit, Minto



29A Larapinta Cres, St Helens Park

my realty nsw
real custodian of your home



51 Canal Parade, Denham Court



4 Quail Place, Ingleburn

my realty nsw
real custodian of your home



☎ 0424 661 944
✉ info@myrealtynsw.com.au
🌐 myrealtynsw.com.au
📍 50 Saywell Road, Macquarie Fields NSW 2564





BHC MEDICAL CENTRE

Dr. Mamun M Chowdhury

MBBS, FRACGP

53 Railway Pde,
Lakemba NSW 2195

Ph: (02) 9759 1244
Fax: (02) 9759 1033

Email: info@bhcmedicalcentre.com.au



Penrith Skin Cancer Foundation

1/144 Henry Street, Penrith, NSW 2750

Dr Mesbah Alam

MBBS, FRACGP, MPH (sydney University)

Diploma Skin Cancer Medicine & Surgery
Dip in Dermatoscopy (Skin Cancer College of
Australia and New Zealand)



T: 47215624, 4721 5245, F: 02 4721 5480

www.penrithskincancer.com.au

JW DENTAL CARE

Best dentist in the Google review and most popular in the community

Dr A. AWAL (BDS, OTC Mel, ADC certificate Australia), 20 years experienced



- **Female Dentist and Dental hygienist available**
- **Bulk Bill under Medicare for children ages 2-17 years old**
- **No gap payment on health fund for most general job**

Why waiting for Bangladesh? Dr Awal and his associates can give you very reasonable price for all dental treatments who are also caring, gentle, friendly and experienced.



YES we do:

Filling, Crowns/bridges, Whitening, Dentures, Tooth pulled out, Root canal, etc

Ph: 02 8084 2425, Mob: 0433 212 439

**1st floor, 133 Haldont st.
Lakemba, NSW 2195**

**91 Water st.
Auburn NSW 2144**



Anowara
Health
Care Centre

web: www.anowarahealth.com.au

Dr. Md. Modasser Hossain
MBBS, USMLE, Dip. Dermatology, FRACGP



Dr. Md. Modasser Hossain

**We are open 7 Days &
7 Nights 9 am to 10 pm.**

Lady doctor available

Doctors Working :

1. Dr. Md. Modasser Hossain:
MBBS, USMLE, Dip. Dermatology, FRACGP
2. Dr Mahbuba Akter Shampa:
MBBS, AMC, FRACGP
3. Physiotherapist available
4. Dietician available

সুস্থ দেহ সুস্থ মন ধরে রাখুন আমাদের

BULK BILLING AVAILABLE

স্বাস্থ্যসেবায় আপনার বিশ্বস্ত সঙ্গী

- Specialistis Services
- Cosmetic Medicine
- Cosmetic Product
- Psychologist
- Psychiatrist
- Physiotherapy
- Skin Cancer
- Skin Diseases
- Immunisation

Our Services

- # Spirometry
- # Blood Test
- # ECG
- # Holter Monitor
- # Sleep Study
- # Weight Loss
- # Travel Vaccine
- # Flu Vaccine
- # Implanon implant
- # Hajj Omrah Vaccine

**Urgent VR GP wanted for Anowara Health Care
Centre. Please Contact Dr. Hossain on 0421 017 694**

10 & 12 Bellevue Ave, Lakemba NSW 2195 Tel: (02) 9758 5503, Fax: (02) 9703 0963



Pioneer Medical Practice

Merrylands

***Best wishes to all members of
BMS - NSW***



Shop No 1069A
Stockland
199-201 Pitt Street
Merrylands 2160

Ph: 02 9760 0550
Fax: 02 9760 2672

Business hours - Monday to Friday 8 am to 8 pm, Saturday & Sunday 8 am to 6 pm

BEST WISHES TO BMS NSW for ANNUAL DINNER AND CULTURAL PROGRAM



THE TRUSTEE OF AMARABATI FAMILY TRUST

T/A

North Richmond Family Medical Practice

12 Grose Vale Road North Richmond NSW 2754

P 02 4571 3399 F 02 4571 3539

www.nrfmp.com.au

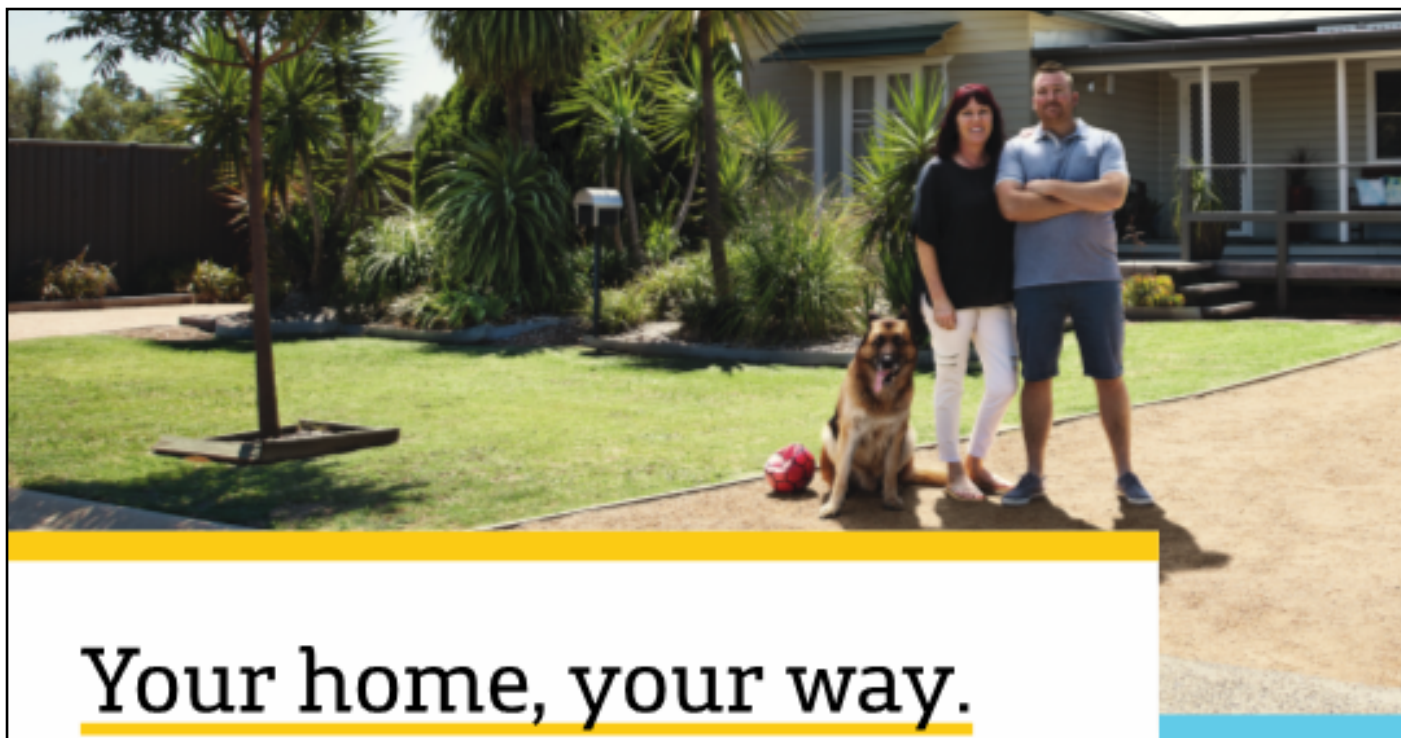
&

Kruger Medical Centre Harden

10 East Street Harden NSW 2587

P 02 6386 0200 F 02 6386 4675

www.krugermedical.com.au



Your home, your way.

From buying and investing to renovating and refinancing, everyone's home buying journey is different. I'm here to make yours smoother.



At CommBank, we know that finding your new home is only the first step – and no two paths to home ownership are the same. That's why it helps to have someone on your side who can give you the guidance and support you need.

I'm **Mohammad Islam**, your dedicated mobile Home Lending Specialist. With my local knowledge and financial expertise, I can help you on the right path towards achieving your unique property goals.

And if your needs change over time, I can also help you navigate the options available at every stage – from refinancing or switching your loan, to working out an affordable repayment plan or freeing up cash to renovate.

Ask me how you can:

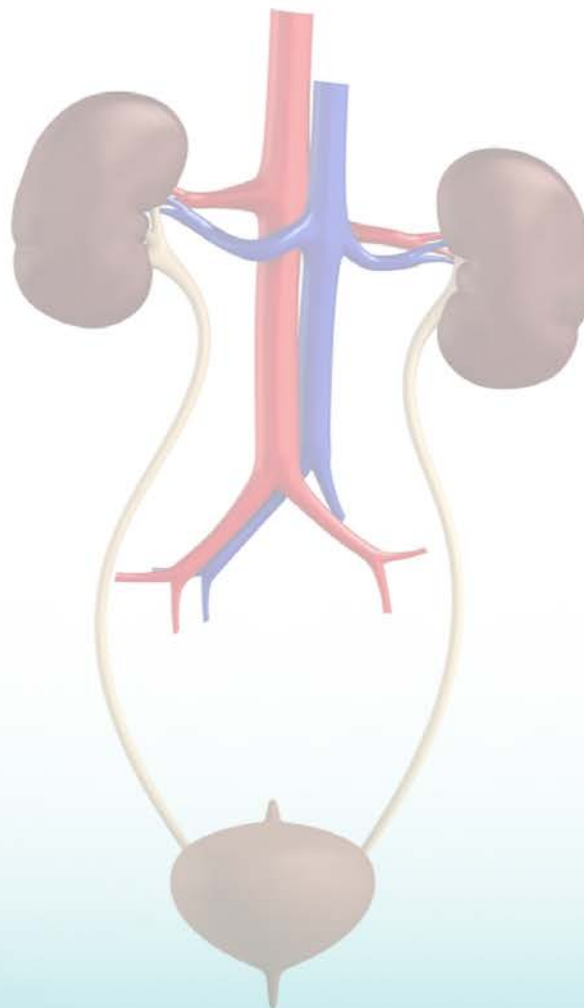
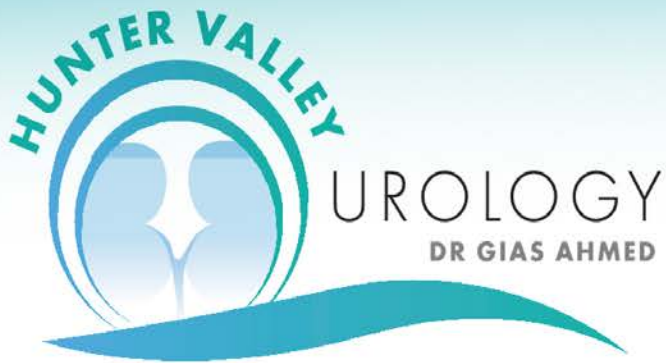
- buy your next home or land package
- build or buy off the plan
- finance your renovations
- manage your loan repayments
- refinance or restructure your loan
- get your loan conditionally pre-approved

Get in touch

To find out more, call me on **0427 056 224**, or email me at **Mohammad.Islam@cba.com.au** to meet at a time and place that suits you.

Things to know: Applications for finance are subject to approval. Commonwealth Bank of Australia ABN 48 123 123 124. Australian credit licence 234945

GREETINGS FROM DR GIAS AHMED



ADVANCE MEDICAL PRACTICE

RIVERVIEW SHOPPING CENTRE
SHOP 26, 227 GEORGE STREET
WINDSOR, NSW 2756
PH:02 4577 2677

MAITLAND

Suite 6, Maitland Specialist Centre 1
173 Chisholm Road
East Maitland, NSW, 2323
Phone : 49347 333 Fax : 4934 7864

BOMBAY

INDIAN RESTAURANT TANDOORI

BYO

TAKE AWAY

EAT IN



OUR CATERING MENU



Entree

Sami Kabab
Jali Kabab
Samosa
Chicken tikka
Tandoori Chicken
Tandoori drumstik
Fish kabab

Main

Kacchi biryani
Chicken biryani
Pulau rice
Chicken roast
Goat resala
Beef resala
Lamb curry
Vegetable curry
Fish
Naan bread
Salad

Desserts & Beverage

Mango lassi
Borhani
Gulab jamun
Jorda
Firni

সিডনিতে
বাংলাদেশী
স্বাদের
একমাত্র
ক্যাটারিং

We Do
Catering For
Indoor &
Outdoor

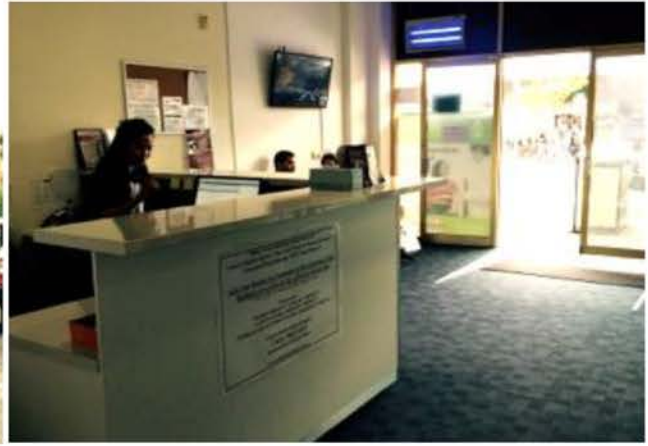


The Best Catering Service in Sydney

কোয়ালিটি ও কোয়ানটিটির ১০০% নিশ্চয়তা • দীর্ঘ সাত বছর ধরে বিস্তার সাথে ক্যাটারিং করে আসছি
যেকোন ধরনের ছোট-বড় অনুষ্ঠানে ক্যাটারিং এর জন্য যোগাযোগ করুন,
মোঃ আবুল হাসান- **0425 894 252, 02 9398 9883**

45 Perouse Road, Randwick (The Spot) NSW 2031

BERALA MEDICAL CLINIC



Shop 2 & 3, 150 Woodburn Rd, Berala NSW 2141

Phone 02 9643 1819 Fax 02 9643 5432

Email beralamedicalclinic@gmail.com

Dr Mohammad Nizam Uddin

Dr Abdullah Al-Mahmud

Dr Fahima Bahram (Female Dr)

Dr Anwara Begum (Female Dr)

OPENING HOURS

Monday to Friday 8.30am – 7.00pm

Saturday to Sunday 9.00am – 6.00pm

Tuesday 9.00am – 2.00pm (Dr Bahram)

Saturday 9.00am – 2.00pm (Dr Begum)

Pathology Collection on site





Dr M Shareef Dowla

Consultant Neurologist
Neurophysiologist

Ph: 02 9622 6767

Fax: 02 9671 3972



11 Hereward Highway, Blacktown NSW 2148



ADVANCE
MEDICAL PRACTICE

Windsor, Westmead, Pitt Town

Open 7 Days

Bulk Bill

Online Booking

www.advancemedicalpractice.com.au



WHALAN
Medical Centre

Whalan Medical Centre

63 Bulolo Drive, Whalan 2770

Phone 02 9675 1999



OPEN 7 DAYS

Monday to Friday 8:30am to 5:30 pm

Saturday & Sunday 9:00am to 2:00 pm

OUR TEAM :

Dr Syed Farabi (Principal Doctor)

Dr Ron Peach (General Surgeon)

Dr Bao Nguyen (Male Doctor)

Dr Bindiya Rai (Female Doctor)

Dr Andy Ang (Psychiatrists)

Dr Ishika Masud (Female Doctor)

Dr Kamal Siddiqui (General Practitioner)

Dr Rebecca Hagerty (Psychologist)

Dr Anmar Tahir (Podiatrist)

S.Cruzado (Exercise Physiologist)

Efren Mazo (Sleep Therapist)

Alfred G. de Robillard (Psychologist)

Binal Shah (Physiotherapist)

Jacky Zhang (Audiologist)

Shekar Muniswummy (Clinical Social Worker)



MEDICAL CENTRE



PUNCHBOWL



**NORTH
KELLYVILLE**



LIDCOMBE



BULK BILLING



**BENGALI
SPEAKING DRS**



OPEN 7 DAYS

OUR SERVICES:

Male & Female Doctors
Endocrinologist
Diabetes Educator
Pathology
Registered Nurse

Pharmacy Consultant
Speech Pathology
Physiotherapy
Chiropractic
Podiatry

Dentistry
Psychology
Dietetics
Ultrasound

Shop 26, 1 Broadway,
Punchbowl NSW 2196
Ph: (02) 8206 9095

Shop 17, 46 Withers Rd,
Kellyville NSW 2155
Ph: (02) 8213 7445

Shop 38, 92 Parramatta Rd,
Lidcombe NSW 2141
Ph: (02) 8022 8442

২য় বর্ষে

অস্ট্রেলিয়ার প্রথম ২৪ ঘণ্টার

বাংলা টেলিভিশন



Jonmobhumi Television

জন্মভূমি টেলিভিশন

শেফড়ের সন্ধানে আমরা

জন্মভূমি টেলিভিশন দেখা যায়ঃ

www.jonmobhumi.tv

www.jagobd.com/jonmobhumi-tv



Jadoo IPTV Box



Mobile: 0410 237 944, 0451 233 684

6 Hebrides Avenue, Macquarie Links 2565

✉ info@jonmobhumitv.com

🌐 www.jonmobhumi.tv 📺 [jonmobhumitv](https://www.facebook.com/jonmobhumitv)

Ahmed Zaman & Co

Certified Public Accountant
Tax Agent

Small business specialist

We Provide the following services :

- Accounting & Audit Services
- Electronic Lodgments (10 Days refunds)
- Business Start-Up Advice
- Incorporation of Company, SMSF & Trust
- BAS/IAS Returns
- Income tax Returns - Individual, Partnership, Trust & Company
- Self Managed Super Fund
- GST & Tax Planning

Ph: 02- 9759 4100 Fax : 02- 9759 4662

MOB: 0414 615342

12 Railway Parade, Lakemba NSW 2195

E- Mail: awahid@azamanco.com



Knowledge · Insight · Commitment



BE THE CEO OF YOUR BUSINESS,
NOT THE BOOKKEEPER

What are your business plans for 2018?

- Business growth and expansion strategies
- Transform and add value to your operations
- Better tax structures
- Raise capital
- Work smarter with technology in your business
- Build resilience against economic influences
- Work less and earn more
- Sell your business
- Retirement and succession planning



Contact Saiful for more information:

Partner: K M Saiful Hoque

Mobile: +61 423 872 688

Direct Tel: +612 4620 4837

Email: saiful.hoque@shpartners.com.au



SH & PARTNERS
ACCOUNTANTS | AUDITORS | ADVISORS

HORWOOD PARTNERS

Tel: +61 2 8188 3450
Fax: +61 2 9633 4010
Email: contact@horwood.com.au
Web: www.horwood.com.au
Postal: PO Box 1453
Parramatta CBD NSW 2124

Head Office: Ground Floor, 88 Phillip Street
Parramatta NSW 2150 Australia
Sydney Office: Met Centre, Level 16, 60 Margaret Street
Sydney NSW 2000 Australia
Melbourne Office: Suite 8, 214-216 Victoria Street
Richmond VIC 3121 Australia

Australia - Sydney | Canberra | Melbourne | Brisbane | Adelaide | Perth | Darwin | Hobart
Asia - Hong Kong | Beijing | Shanghai | Ho Chi Minh City | Jakarta | Singapore | Kuala Lumpur | Dhaka

Annual dinner and Cultural program 2018





Ekushe Cultural program 2018





Annual Picnic 2017





Annual Gernerall Meeting 2017



Annual Scientific Meeting 2017



Other Activities







Financing Experts for **Medical Professionals**

Home Loan • Refinance • Personal Loan
Commercial Loan • Asset Finance

☎ 1300 030 031

loans@investorsolution.com.au