

In This Issue

Page 2 • LETTER FROM THE EDITOR

VIE ÉTUDIANTE

Page 3 • Les avantages culturels et linguistiques de l'adhésion à The Cameroonian Students Association (CamSa) de l'Université York

EXPRESSIONS

Page 4 • If you could answer these for me that would be great

Page 4 • Somewhere in the Caribbean Sea

ARTS ET DIVERTISSEMENT

Page 5 • The Weeknd: Critique de Dawn FM

Page 5 • André Simoneau Hosted Prank Shows Before it was Mainstream

METROPOLIS

Page 6 • Les femmes et le leadership

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

Page 7 • Le lien entre la carence en magnésium et l'anxiété

Page 8 • The 2022 Paralympic Winter Games: A True Athletic Spectacle

Page 9 • Un résumé de la semaine d'autosoins : la tenue d'un journal de réflexion

ISSUES AND IDEAS

Page 10 • Alumni Feature: Towards a Stronger Democracy: Ensuring Journalistic Relevance

Page 11 • Queen Ifrica, Stop hitting your black gay supporters below the waist

ART AND PHOTOGRAPHY

Page 12 • Sunset by Shilpa Ahluwalia

La prochaine date limite :
Vendredi 4 mars 2022



Photo par Marney Beck Robinson

Alumni Feature: Soixante félicitations, Pro Tem!

Marney Beck Robinson
Pro Tem Alumna '76

Incroyable – Pro Tem is 60! With a transitory-type name like “Pro Tem,” that kind of staying power is even more remarkable!

I attended Glendon from 1972 to 1976, and my first job at Pro Tem was as a typesetter. I forget the name of the machine, but each letter produced a ticker-tape paper trail – and if a section or paragraph came out in boldface, it was VERY difficult to find and fix the small symbol for boldface! A separate machine was used to type the headlines; I believe it was called a Varityper. In my third year, a fellow student (Cathy Scott) and I saw an ad for an editor of Pro Tem. Being that Cathy Scott and I were both women, and there had never been a woman editor before – to our

knowledge – we decided to submit both our names to be co-editors. After an interview during which we were asked if we'd put recipes in the student paper (no way!), we got the job.

It was a fun, interesting, and rewarding experience to be the editor of Pro Tem in 1975-76, but newspapers weren't my career goal at that time. I was a freshly minted trilingual BA grad (French and German), heading to work at the exciting Montreal Olympics for the summer. My next job was as a bilingual secretary for an Ontario government agency, but I was tired of commuting from York Region to downtown Toronto and looking for a change. I saw an ad for a “production assistant” at a small weekly paper in Bradford, Ont. When I went for the interview, I started showing the production manager copies of Pro Tem, assuming he would have never

heard of it. “Oh, I know the paper,” he commented, “it's printed where our paper is printed.” Pro Tem helped me land that job, and less than a year later, I was promoted within the production department. A year after that I became a reporter with the same Topic Magazine/Bradford Witness paper.

I've had a rewarding and amazing 40-year career in journalism, all thanks to Pro Tem. I became the first woman editor of Topic Magazine, news editor or editor of numerous Metroland publications (Oshawa This Week, Caledon Enterprise, and Richmond Hill Liberal), and I freelanced for several years for The Toronto Star. I also co-authored a book on the history of Richmond Hill.

Merci et soixante félicitations, Pro Tem!

Notre équipe



Brianna Carrasco
Editor in Chief / Rédactrice en chef
✉ editor@protemglendon.com



Ariana Mah
Assistant English Editor /
Rédactrice anglaise adjointe
✉ englisheditor@protemglendon.com



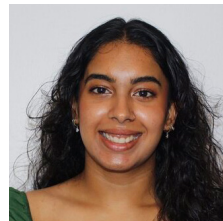
Sara Youssef
Assistant French Editor /
Rédactrice française adjointe
✉ frencheditor@protemglendon.com



Josée Philips
Chief of Operations / Chef des opérations
✉ operations@protemglendon.com



Elton Campbell
Layout Designer / Maquettier
✉ design@protemglendon.com



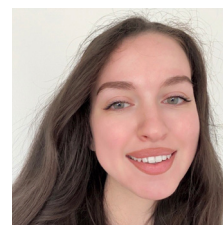
Shilpa Ahluwalia
Photographer / Photographe
✉ photography@protemglendon.com



Abigail Gillen
Bilingual Journalist / Journaliste bilingue



Michael Aquilino
English Journalist / Journalist anglais



Rejean Ghanem
French Journalist / Journaliste française

À propos de nous

Pro Tem est le journal étudiant du collège Glendon. Publié pour la première fois en 1962, c'est la plus ancienne publication de l'Université York.

Opinions published in Pro Tem are those of the individual writers, and do not reflect the views of the publication as a whole. We will not print copy deemed racist, sexist, homophobic, or otherwise oppressive.

Les lettres adressées au journal peuvent être éditées au niveau de la clarté ou de contenu. All copy appearing in Pro Tem is at the discretion of the editorial team.

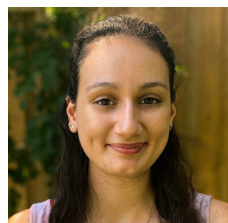
Feel free to respond to what you read in the pages of Pro Tem! / N'hésitez pas à réagir à ce que vous avez lu dans Pro Tem!

To see past editions of Pro Tem, please visit our website: www.protemglendon.com.

Be sure to follow us on Instagram for reminders about upcoming deadlines and events.



Christy Lorenz
Issues and Ideas, Health and Wellness
& Expressions /
Actualité et opinions, Santé et bien-être
& Expressions



Anna Noumtinis
Campus Life, Arts and Entertainment
& Metropolis /
Vie étudiante, Arts et divertissement
& Métropole

Bonjour Glendon,

J'espère que tout va bien et que le retour sur le campus vous plaît ! We are so happy to be back on campus and to celebrate Pro Tem's 60th year with you. There are so many exciting announcements in store for you, so be sure to follow our Instagram page [@protemglendon](https://www.instagram.com/protemglendon) to stay updated on upcoming events.

This issue, we have so many interesting articles that we are so thrilled to share with you! Some examples are a critique of The Weeknd's newest album, an interview with York's Cameroonian Students Association, and a poem on insecurity and self-confidence. My personal favourite is a short and sweet ode to Pro Tem's 60th year by Pro Tem alumna Marney Beck Robinson.

Si vous souhaitez contribuer aux futurs numéros de Pro Tem en soumettant des articles, des poèmes, des histoires, des arts visuels, des recettes ou des articles d'opinion, envoyez vos soumissions à editor@protemglendon.com. Les étudiants actuels de Glendon et les anciens de Glendon sont invités à contribuer.

Thank you for your readership. It means the absolute world to us!

À bientôt !

Brianna Carrasco
Editor in Chief | Rédactrice en chef



**NEXT CONTRIBUTOR DEADLINE:
FRIDAY MARCH 4TH**

envoyez vos contributions à
editor@protemglendon.com

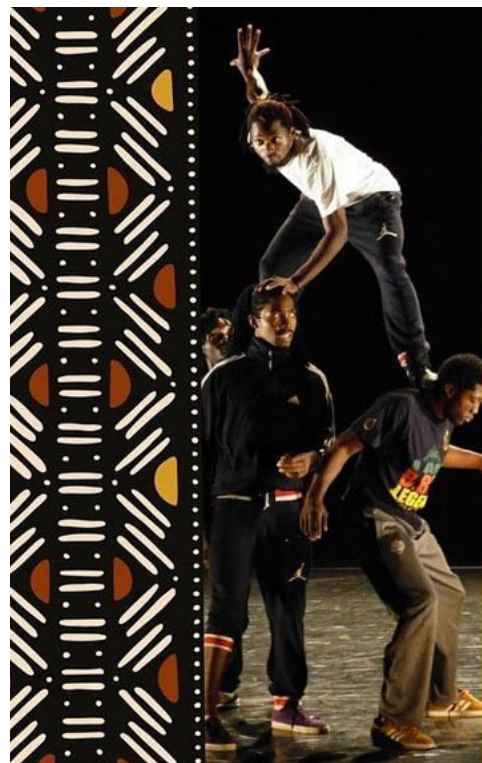


Les avantages culturels et linguistiques de l'adhésion à The Cameroonian Students Association (CamSa) de l'Université York

Elton Campbell
Layout Designer

The Cameroonian Students Association (CamSa) de l'Université York a été créée en 2020 par deux étudiants de première année, Olivia Epee et Beryl Kem. Les groupes ethniques d'Olivia sont Bamileke et Douala. Le groupe ethnique de Beryl est Batibo de la région anglophone du Cameroun. Elles se sont rencontrées pour la première fois en 2020 lors d'un stage de danse organisé par York University African Students Association (YorkU ASA). Elles ont créé CamSa parce qu'en étant membres de la YorkU ASA, elles ont remarqué qu'il y avait une absence représentative de la culture camerounaise. « Lorsque nous avons découvert qu'il était possible à nous de créer notre club, il n'y avait aucun doute que nous voulions créer un espace pour les Camerounais où nous pourrions également enseigner aux autres la culture camerounaise » ont déclaré Olivia et Beryl.

CamSa a organisé plusieurs événements depuis sa création. Des événements tels que Meet and Greet, and Chitchat Challenge. Le club utilise sa plateforme de médias sociaux sur Instagram (@camsayork) pour promouvoir leur publicité sur leurs événements et sur leurs cadeaux afin de favoriser la riche culture camerounaise. Pendant le Mois de l'histoire des Noirs 2022, CamSa a co-planifié deux événements majeurs. L'un d'eux, intitulé « Cooking with CamSa », a permis d'apprendre les membres du club à faire du Benye (Puff Puff) et l'autre est un atelier de danse afro qui aura lieu le 3 mars 2022 à 18h au 3581 Dundas Street West. CamSa se targue d'être l'un des principaux clubs africains de l'Université York à présenter la culture camerounaise d'une manière non raffinée et non américanisée, en particulier pendant le Mois de l'histoire des Noirs.



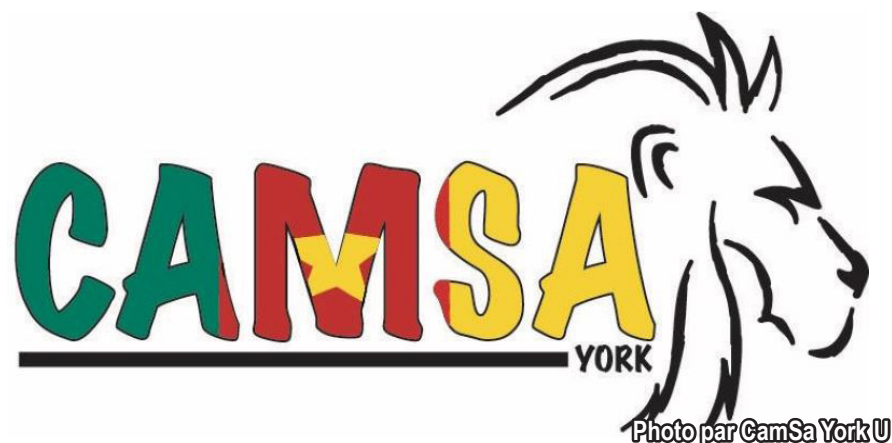
« Nous voulons partager l'histoire du Cameroun et montrer sa magnifique culture qui a émergé à la suite de notre histoire », ont exprimé avec audace les deux fondateurs de CamSa. Elles ont suggéré de visiter trois endroits importants au Cameroun : les Chutes de la Lobe à Kribi, Le Stade National (Douala/Cameroun), et Bana.

Le Cameroun et le Canada sont les deux seuls pays au monde qui ont le français et l'anglais comme langues officielles. Lorsqu'on a demandé à Olivia et Beryl de comparer les environnements de bilinguisme des deux pays, elles ont répondu : « Par rapport au Cameroun, le Canada est vraiment bilingue dans certaines régions comme Montréal... Au Cameroun aussi... À Toronto, par exemple, tout le monde ne parle pas français, mais plutôt anglais. Ainsi, il y a cette barrière de la langue qui existe parfois. Tout comme à Toronto, vous pouvez trouver des francophones, mais vous ne les trouverez pas

aussi facilement que vous trouverez des anglophones. »

Les étudiants du Glendon devraient saisir l'occasion de devenir des membres actifs de CamSa. En effet, ils peuvent pratiquer leur bilinguisme et améliorer leur capacité linguistique dans un cadre social tout en découvrant la cul-

ture camerounaise. CamSa est sans doute un à de rares clubs du Keele Campus où ce bilinguisme est vraiment mis en valeur. Pour en savoir plus sur Cameroonian Students Association (CamSa) à l'Université York, envoyez-leur un courriel : camsayork@gmail.com ; ou suivez-les sur Instagram : [@camsayork](https://www.instagram.com/camsayork).



UN DERNIER RAPPEL GLENDON

LA BOURSE DE SERVICE COMMUNAUTAIRE DE GLENDON

ET LE

PRIX D'EXCELLENCE EN LEADERSHIP DE CLUB

LES CANDIDATURES DOIVENT ÊTRE SOUMISES LE 5 MARS

Envoyez-nous un courriel à senator.gcsu.aecg@gmail.com pour demander vos dossiers !

If you could answer these for me that would be great

Hannah Beros
Contributor

Am I pretty enough?
Cool enough?
Am I trying too hard?
Not trying hard enough?
Are my outfits as cute as I think they are?
Am I a phony?
Do you look at me and think "I wish I was her?"

Do you think I would look better with bangs?
Shorter hair?
Some makeup?
A makeover?
Is my cluttered room cute or messy?

Do you think I'm smart?
Do you think I'm dumb but in an endearing way?

Do you look at me and think "she knows who she is?"
Or do you look at me and think "she's trying to be so many things and none of them are quite right?"

Who am I to you?
Who do you wish I could be to you?
Who am I at all?

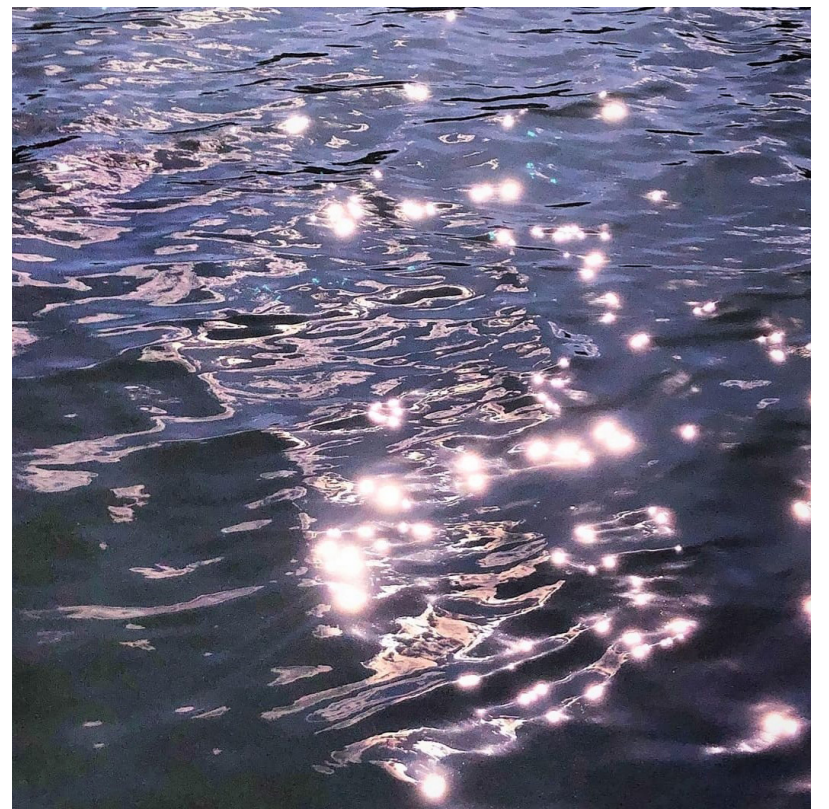


Somewhere in the Caribbean Sea

Shilpa Ahluwalia
Photographer

City lights and urban footprints
Cast in the shadows
Behind
Solemn whispers of palm trees,

The rooster's call for dusk;
They float away
Wave after wave, but
Never forgotten.
Head back
And relax
Let the blue sea carry you upon
Its fingertips,
The fresh reefs wrap around your slender legs,
While the salty tides tingle
Your lips.



Lisez les archives Pro Tem en ligne à l'adresse suivante :
protem.journals.yorku.ca

The Weeknd: Critique de Dawn FM

Rejean Ghanem
French Journalist

Le dernier album de The Weeknd vient de sortir et les partisans n'ont pu que partager leur enthousiasme. Son nouvel album aborde un thème de synthé, contrairement à ses albums précédents. Cet album est aussi un concept album où un homme écoute la radio Dawn FM en attendant au purgatoire. Jim Carrey, Lil Wayne, Quincy Jones et Tyler The Creator figurent également sur l'album.

La chanson diffusée à la radio « Take My Breath » est la seule chanson sortie à une seule chanson par face, contrairement à ses albums précédents de The Weeknd. D'habitude, il en sort environ deux ou trois. Cet album symbolise assurément une période de « maturation » de sa vie. Ici, Abel laisse de côté ses chansons sur la drogue, sur les relations occasionnelles et sur le fait de laisser les femmes seules. Il chante plutôt sur le fait de sacrifier qui vous êtes au profit d'un amant, des ex qui devraient savoir qu'il ne faut pas revenir trop tard et renoncer aux plaisirs physiques.

Dans ses vidéoclips, il est présenté comme un vieil homme regardant en arrière sa jeunesse concentrée sur des choses matérielles qui n'ont pas vraiment d'importance. Cette fois, Abel chante qu'il

ne veut pas perdre ses proches (Is There Someone Else ?) au lieu d'être celui qui s'est enfui. Il chante comment il a changé ses anciennes habitudes et est prêt pour quelque chose de sérieux.

Je pense que cet album est aussi rafraîchissant qu'admirable. Les chansons ne sont pas aussi optimistes que Starboy ou qu'After Hours, mais je pense que c'est fait par exprès. Ces chansons ont un rythme plus calme pour refléter les changements et la transition du personnage de The Weeknd de son album précédent. S'il continuait à écrire des chansons qui ressemblaient à ses albums précédents, les gens diraient que toutes ses chansons sonnent de la même manière. Donc, je pense que le changement de tempo et l'ajout de musique synthétique étaient nécessaires et rendent l'album unique de même.



Photo par Robert Beatty

André Simoneau Hosted Prank Shows Before it was Mainstream

Ameer Shash
Contributor

Television shows, especially on YTV, are less popular today, with the introduction of a new form of entertainment for younger audiences. Shows and filmed content have shifted from broadcasted television to other mediums such as YouTube and Netflix. Focusing on "reaction" and "prank" channels on YouTube, a large percent of these "prank" channels are dramatized and falsely portrayed as being "real." And despite depicting dangerous stunts or "pranks," including inundating passerby with phonetically similar words to derogatory terms, the credibility and viewership of these channels have surprisingly remained unaffected by this. Unbeknownst to so many youths these days who did not grow up watching cable television, there was once a time when pranks were real and parent-approved.

The show, Prank Patrol, was hosted by André 'Andy' Simoneau. Simoneau would scout across Canada alongside his ninja crew - portrayed by Fung Ying Man and Mitchell Macintyre - in their trademark purple Prank Patrol truck to find fans who were in need of experts in the art of pranking. Viewers who were selected for their prank would meet with André in the purple truck, go through a runover of the background of their target victim of the prank,

plan the prank, and were fitted with a grey Prank Patrol jumpsuit. Since the start of the show in 2005, Prank Patrol has spanned four seasons and 100 episodes. The show's final on-air release took place in February of 2010. I asked André Simoneau about his role on the show and some behind-the-scenes facts. Here we go!

Ameer: Was pranking a knack of yours personally in any way growing up?

Andy: I never really was much of a prankster. The producers put out a casting call for a host for the show, and I auditioned. They were looking for someone energetic, funny, and versatile, so I guess I checked all those boxes.

Ameer: As far as budget goes, and considering the number of props that went into that show, what sort of expenses went into producing this show?

Andy: I have no idea what the budget of the show was. I know it wasn't huge, and that we didn't have a lot of the luxuries you have on most TV sets. We were basically operating on a documentary budget, so we had a crew of only about 5-6 people, [and] then we'd have a bigger crew on prank days. But yes, I'm sure props and special effects took up a good portion of that budget.

Ameer: Has there ever been a time where a prank went wrong?

Andy: Out of nearly 100 pranks, I can only think of one or two in which people figured out they were being pranked. That said, it would happen fairly often that things don't go exactly as planned. You have to be able to improvise.

Ameer: How much did you know about special effects before the show?

Andy: I didn't know anything about



Photo par imdb.com

special effects (SFX) before the show. I learned a huge amount and met a lot of great people whom I stayed friends with after the show was finished. I got to work with the top SFX teams in Montreal and got my face cast by the top make-up artists. I learned everything there is to know about prosthetic make-up, props, robotics, explosives, stunts. For me, that was a real highlight of working on the show.

Ameer: What prank was your

favourite during your time working on the show?

Andy: That's a tough question. There were almost 100 pranks, and this was almost 15 years ago. In the first season, I was able to play more characters in the pranks, because people didn't recognize me yet. The first one that comes to mind is the heavy metal one, where the kid was making his dad believe he had joined a heavy metal band. That was fun for me.

Les femmes et le leadership

Abigail Gillen
Bilingual Journalist

Le 15 février, l'école des affaires publiques et internationales de Glendon a organisé l'événement « Les femmes et le leadership, » qui a été centré sur la nécessité d'avoir plus de femmes aux postes de direction dans les secteurs public et privé. Le programme de l'événement était rempli de femmes réussies : Dre Paulette Senior, Dre Dawn Lavell-Harvard, Christine Boyle, Dre Kristin Blakely et Kathleen Wynne.

La première à se présenter était Dre Paulette Senior, la présidente et première dirigeante de la Fondation canadienne des femmes. Elle travaille à faire avancer le leadership inclusif, à mettre fin à la violence sexiste et à mettre en œuvre un changement systémique au niveau national. Elle attire aussi l'attention sur le secteur non lucratif. Elle souligne que les femmes représentent 80 % des travailleurs du secteur non lucratif et que, par conséquent, ce secteur est associé à des stéréotypes négatifs et misogynes. Par exemple, les gens ont l'idée que les ONG sont dépendantes, émotives, inférieures aux secteurs dominés par les hommes, qu'elles sont moins valorisées, qu'elles sont considérées comme « non qualifiées ». Enfin, elle souligne qu'il ne suffit pas d'avoir quelques femmes leaders si le système patriarcal reste le même.

Dre Dawn Lavell-Harvard fière membre de la Première Nation Wikwe-mikong, la présidente de l'Ontario Native Women's Association, a ensuite pris la parole. Elle raconte que son entrée dans le monde du leadership s'est faite un peu par accident, lorsque sa mère l'a invitée à une réunion annuelle de la Native Women's Association, sans lui dire à quel événement elle assistait. Elle a ensuite rejoint l'association en tant que jeune membre et a été nommée par une Aînée pour devenir présidente. Lavell-Harvard a souligné que les peuples indigènes étaient matriarcaux et que les premiers traités ont été signés par des hommes et des femmes. La misogynie présente aujourd'hui dans les communautés autochtones est le résultat de l'introduction par les colonisateurs de la structure sociale patriarcale dans leurs communautés. Elle a souligné que la meilleure chose à faire est de leur créer un espace où les femmes autochtones se sentent à l'aise pour exprimer leurs idées.



La suivante, Kathleen Wynne, a dit qu'elle a dû surmonter de nombreux obstacles non seulement en tant que femme, mais aussi en tant que lesbienne. Son message aux jeunes femmes est sur le fait qu'en dépit de tous les progrès accomplis au cours des 50 dernières années, les gens continueront de supposer que vous n'avez pas de compétences en matière de leadership et elle avertit ses spectateurs et ses spectatrices que les hommes se sentent autorisés à commander la salle. Wynne a également souligné qu'il est important de reconnaître que les inégalités sont réelles afin de rendre les politiques publiques plus inclusives.

Après Wynne, c'est la conseillère Christine Boyle qui a pris la parole. Elle a expliqué que son expérience en matière de leadership concerne principalement les questions liées au climat. Ses priorités étaient de faire en sorte que Vancouver déclare une urgence climatique. Elle a également souligné que les questions climatiques se recoupent avec d'autres questions sociales. Notamment, les femmes marginalisées doivent faire face aux conséquences du changement climatique dans leurs communautés et les jeunes femmes doivent donner la priorité à ce que signifie le changement climatique tout en planifiant leur avenir.

La dernière, mais non la moindre, était Dre Kristin Blakely de Glendon. Elle a commencé par le soulignement de l'un de ses objectifs axés d'amener la sociologie à dialoguer avec des publics au-delà de la sphère académique pour s'engager dans des questions publiques. L'un de ses principaux sujets d'intérêt concerne les conseils d'administration, étant donné que la grande majorité de leurs membres sont les hommes blancs. Il s'agit d'une énorme inégalité, car les conseils d'administration sont des lieux de pouvoir où les budgets sont élaborés et où les politiques sont prédéfinies.

Pour conclure, je vous laisse avec quelques conseils clés tirés de la session de questions-réponses. En tant que femmes occupant des postes de direction, n'oubliez pas qu'il n'y a pas de mal à échouer en public et que cela ne vous tuera pas. En fait, vous apprendrez beaucoup de cette expérience, même si elle peut sembler négative. Un autre point important à noter est qu'avec les barrières systémiques, certaines femmes sont assurées d'échouer et ce n'est pas toujours votre faute si les choses tournent mal. Dans le même ordre d'idées, il faut parfois prendre du recul et se demander si tous les obstacles que l'on franchit valent l'énergie et les efforts que l'on y consacre, et si l'on peut passer à autre chose. Enfin, elles con-

seillent aux femmes de ne pas rouler des yeux sur le point suivant : restez fidèle à vous-même. Il est facile d'être poussé à changer ou à s'assimiler par ceux qui sont en position de pouvoir, mais cela ne vaut pas le coup pour vous et les autres femmes qui comptent sur vous.



NOTRE VOIX
NOTRE HISTOIRE

Invitation à participer au

**Festival de
la recherche**

2022

7, 8 et 11 avril

GLENDON YORK U

Le lien entre la carence en magnésium et l'anxiété

Rejean Ghanem
French Journalist

Beaucoup de personnes peuvent rire à l'idée de prendre des vitamines quotidiennement puisque vous pouvez simplement manger des aliments riches en vitamines. En outre, de nombreuses vitamines ne valent pas la peine d'être prises. Un bon exemple est la vitamine C puisque vous pouvez simplement manger des aliments riches en agrumes. Des études ont montré que ce n'est pas le moyen le plus efficace de prévenir un rhume. De plus, un apport excessif en vitamine C augmente le risque de calculs rénaux. Au lieu de cela, prenez du zinc! Des études montrent que la plupart des personnes sujettes au rhume manquent de zinc.

Il existe de nombreuses vitamines sous-estimées et oubliées, comme le zinc, qui sont mises de côté. Je parie que vous n'avez probablement jamais pensé au zinc. En plus de cela, une faible teneur en zinc dans le corps peut vous rendre léthargique et avoir de la difficulté à prendre du poids. Outre le zinc, un autre minéral dont la plupart des gens manquent et devraient prendre est le magnésium. Alors que le magnésium est toujours présent dans la plupart des aliments, les quantités ont diminué au fil des ans. Plus les années passent, moins nous trouvons de magnésium dans les aliments en raison de la transformation. Les symptômes d'une carence en magnésium sont des troubles du sommeil, des spasmes musculaires, des déséquilibres hormonaux et aussi : l'anxiété et la dépression.

Il est important de se rappeler que de nombreux facteurs causaux sont responsables de l'anxiété et de la dépression. Il est également important de préciser que la prise de vitamines et de minéraux n'est en aucun cas un « remède » magique aux problèmes de santé mentale. De nombreuses personnes devront probablement chercher des médicaments pharmaceutiques et il n'y a pas de honte à cela. Nous ne devrions pas avoir honte du chemin que les gens empruntent pour apaiser leur santé mentale. Cependant, il existe un lien énorme et d'innombrables études entre une faible teneur en magnésium, l'anxiété et la dépression.

Qu'est-ce que c'est le magnésium exactement? Sans être trop scientifique, le magnésium est un minéral qui régule les réactions chimiques dans le corps. Il est également responsable de la production d'énergie dans le corps. Il détend les muscles et les nerfs. Vous êtes-vous déjà allongé dans votre lit et ne pouviez-vous tout simplement pas vous sentir à l'aise? Tourner et tourner constamment? C'est un signe d'une faible teneur en magnésium. Ainsi, lorsque le magnésium est faible, il contribue à créer un environnement parfait pour une mauvaise santé mentale. Des études montrent qu'après avoir pris du magnésium de manière constante pendant six semaines, les patients ont remarqué une réduction significative des symptômes d'anxiété et de dépression.

Alors, où trouve-t-on du magnésium? Le citrate de magnésium est formé sous forme de pilule ou poudre et vous



pouvez l'acheter dans n'importe quelle pharmacie ! Le magnésium est pris tous les soirs, car il s'agit d'un sédatif naturel et votre médecin peut vous indiquer à quelle

fréquence le prendre. Nous éduquons pour voir quelles vitamines et quels minéraux nous manquent grandement pour améliorer notre santé et notre endurance.



Pro Tem is celebrating their **60th** anniversary soon!
Pro Tem célèbre sous peu son **60^{ème}** anniversaire!

Alumni are invited to contribute to Pro Tem!

Write your article (600 words approx.) and submit to
editor@protemglendon.com

Les diplômées et diplômés sont invités à contribuer au journal Pro Tem!

Ecrivez votre article (approx. 600 mots) et envoyer le à
editor@protemglendon.com

“Unleash your creativity and spark change in the Glendon community.”

Brianna Carrasco,
Editor in Chief | Editeur en Chef

A celebration event is also in the works! Stay tuned for details.

The 2022 Paralympic Winter Games: A True Athletic Spectacle

Michael Aquilino
English Journalist

As the 2022 Winter Olympics have now come to a close, Beijing is set to invite the world to the 2022 Winter Paralympic Games. The Paralympics will be held from March 4-13, and will showcase some of the greatest para-athletes in the world. However, should the Games, as has been the case in the past, not be as spotlighted as its Olympic counterpart, broadcasters, organizers, and advertisers would all be making a grave mistake. The 2022 Games, which are set to be the largest to date, are a magnificent display of human capability, greatness, and perseverance. The para-athletes, performing much of the same feats as those in the Winter Olympic Games, do so with significant disadvantages. That being said, Paralympians do not let their disadvantages get in their way, instead using them to their avail. In doing so, the athletes strive to achieve Paralympic glory, leaving audiences amazed, excited, and inspired.

Beijing will welcome 736 para-athletes, competing across 78 medal events, and six sports in two disciplines, snow sports (alpine skiing, cross-country skiing, biathlon, and snowboarding), and ice sports (para-ice hockey, and wheelchair curling). The city is set to become the first to have hosted both the Summer and Winter Paralympic events, having hosted the summer edition in 2008. The 2022 Paralympic torch champions a silver and gold colour combination, symbolising both glory, and dreams, while made to reflect the core Paralympic values of "Determination, Equality, Inspiration, and Courage." The lower section of Beijing's torch includes a special engraving, in braille, which reads, "Beijing 2022 Paralympic Winter Games." While organisers certainly seem to have done a stellar job in preparing for the upcoming Games, the Paralympics, and the significance of which they hold, are best understood through its historical evolution, one that had begun long ago in 1948.

The Olympic organisation recognizes the first incarnation of the Paralympic Games to have taken place in 1948, having been made possible through the efforts of the German-born English neurosurgeon, Sir Ludwig Guttmann. Guttmann, as per



Inside the Games, believed in the ability of sport to change lives. With a background in medicine, Guttmann saw sport as an excellent method of therapy. In 1948, an archery event held in Stoke Mandeville, England, for veterans of World War II who had suffered spinal-cord related injuries, would later evolve to become the spectacular Paralympic Games as we know them today.

The first summer Olympic-style Games for athletes with disabilities took place in Rome in 1960, and its Winter counterpart, in Örnsköldsvik, Sweden, in 1976. Today, the Paralympic Games, in terms of ticket sales, are the world's third biggest sporting event - behind only the Olympic Games and the FIFA World Cup. However, while the Paralympic name stems from the greek preposition, "para," meaning alongside, and the word olympic, reflecting the notion that the Games are parallel in nature to the Olympics, this is not, in some respects, the case. While the events supposedly exist "side-by-side," many Paralympic athletes do not get as much funding as their Olympic counterparts do, earn less in financial awards, and receive less media exposure and national recognition. This information was truly alarming to read. Some Paralympians require more equipment than Olympians do, and perhaps more training, rehabilitation, and support — all of which would require equal, if not more, funding. Regarding awards and recognition, while some para-athletes may not want to be defined by such, Paralympians are truly incredible and inspirational human-beings, of whom have overcome some of life's toughest challenges, and yet, still prevail on a global stage. The sheer amount of perseverance and dedication of the para-athletes is truly remarkable, and

thus, deserving of equal, if not greater, reward and recognition for their efforts.

Underscoring the importance of the movement, the International Paralympic Committee states: "Paralympic sport acts as an agent for change, to break down social barriers of discrimination for persons with an impairment." The United Nations goes further to say, "Over the years, the Paralympics have developed a strong track record for challenging deep-rooted beliefs regarding disability, and acting as a catalyst for changing the approach to social inclusion in the countries where the games are held [and beyond]." Thus, the impact of

which the Games have had upon global societies is indisputable. The Paralympics are sincerely an event like no other.

As Canadian Paralympians prepare to compete alongside the world in Beijing, I hope that their country will be right there alongside them in support. While much progress has been made, with some countries having brought forth equal pay initiatives, it is also my hope that in the future Games to come, Paralympians will be treated in a similar fashion as their Olympic counterparts, and that their Games experience the same promotion as the Olympic ones do.

Table ronde sur l'inconfort académique
Date: Le 9 Mars 2022 de 14h30-16h00



Venez vous joindre à l'AECG et la Zone GL pour un événement basé sur des conversations informatives et obtenez des conseils et astuces pour combattre une variété de problèmes liés à l'inconfort académique !

Un résumé de la semaine d'autosoins : la tenue d'un journal de réflexion

Brianna Carrasco
Editor in Chief

Les soins personnels, voire les actions que nous faisons pour améliorer notre santé mentale et physique sont, un concept dont vous avez peut-être beaucoup entendu parler récemment. Bien qu'il existe de nombreux éléments différents dans le but de prendre soin de votre santé, les soins personnels, ou l'autosoins, sont une façon d'organiser du temps dans votre journée bien remplie pour vous assurer que vous êtes en aussi bonne santé et que vous êtes le plus heureux que possible. Prendre soin de soi ne signifie pas toujours prendre un bain chaud, mais ça peut l'être! Prendre soin de soi peut consister à prendre un rendez-vous thérapeutique, à se rendre chez le médecin pour son examen médical annuel, à prier ou à parler à des amis. La semaine de la Saint-Valentin, l'AÉCG a lancé la Semaine d'Autosoins, où les clubs de Glendon se sont réunis pour partager leurs propres activités de soins personnels. Pro Tem a eu l'incroyable occasion de partager l'art de la tenue d'un journal de réflexion! Voici ce que nous avons appris!

La journalisation est le type d'écriture qui se concentre sur les expériences internes, les sentiments et les pensées. Cela pourrait être fait sous forme de poème, d'écriture libre et de style télégraphique. Ce premier pourrait être aussi assez long d'une phrase ou de plusieurs pages! La journalisation est également connue pour être bénéfique pour la santé mentale.

Une fois que tout le monde a sorti ses stylos et ses papiers, nous avons commencé par la première activité : une liste de gratitude! Écrivez sur les raisons pour lesquelles vous êtes reconnaissant d'un temps à l'autre (il se peut que vous soyez reconnaissant pour vos animaux de compagnie ou votre accès à l'éducation et à une bonne alimentation)! Une telle liste peut vous aider à vous souvenir de ce qui est bon dans votre vie. Nous oublions souvent les bonnes choses de la vie lorsque nous sommes submergés par le stress et par la négativité.

L'activité suivante était un enregistrement de bonheur! Les participants

ont écrit sur le moment où ils se sentaient les plus heureux. Peut-être que c'était sur la plage, en buvant une limonade ou entourée d'amis et de famille. Les participants ont ensuite réfléchi à la manière dont ils pourraient rendre leur vie encore plus heureuse. Peut-être que s'ils en ont assez de l'hiver torontois, ils pourraient planifier un voyage à la plage. Peut-être qu'ils pourraient inviter leurs amis pour une petite réunion. Réfléchir à ce qui nous rend vraiment heureux nous rappelle que nous pouvons contrôler la quantité de bonheur que nous laissons entrer dans nos vies.

L'activité suivante était de lancer un coup de gueule sur n'importe quel sujet de notre choix, ce qui nous aide à exprimer des émotions négatives sans les garder ou en prendre sur les autres. Enfin, nous vous avons écrit une lettre sur tout ce que nous avons accompli et sur le rôle que nous aimerions jouer à l'avenir. Cela nous a don-



né le temps de réfléchir à ce qui nous aide dans la vie et aux choses que nous devons changer.

Vous pouvez peut-être essayer l'une de ces activités à votre rythme! Peut-être que cela deviendra même un passe-

temps pour vous! Pro Tem comprend le pouvoir des mots et de l'expression. Pour cette raison, nous étions tellement heureux de faire partie de cet atelier de journalisation pour la semaine de soins personnels de l'AÉCG!

Group Exercise Schedule

Winter & Spring

February 22 - June 30 2022

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Light & Lively 9:00-10:00am Alona #	Cycle 9:00-10:00am Andre **	Stability Ball 9:00-10:00am Rachel	Weight Training 9:00-10:00am Rachel	Cycle 9:00-10:00am Neil **
Pilates 10:15-11:15am Alona #	Muscle Mobility 10:15-11:15am Rachel	Pilates 10:15-11:15am Rachel	Moyo 10:15-11:15am Rachel	Dance Mixes 10:15-11:15am Rachel
Mindfulness Meditation 12:15-1:15pm Jennifer	Tai Chi 12:15-1:15pm Linda	Mindfulness Meditation 12:15-1:15pm Jennifer	Pilates 12:15-1:15pm Jennifer	Strength Training 12:15-1:15pm Andre
Cycle 6:30-7:15pm Liz	Muscle Mobility 6:30-7:30pm Ada		Yoga 6:30-7:20pm Ada	
Tai Chi 7:30-8:30pm Linda		Yoga 7:00-8:00pm Dianne	Zumba 7:30-8:30pm Sairah	

- Start date TBA

** Starting first week of March



GLENDON

YORK U

glendonac.ca
IG: @glendonac



Alumni Feature: Towards a Stronger Democracy: Ensuring Journalistic Relevance

Toby Fyfe
Pro Tem Alumnus '70

Today, the role of journalism in supporting our democracy is more important than ever. The Prime Minister recognizes its importance, noting in each of his mandate letters to Ministers that “Canadians continue to rely on journalists and journalism for accurate and timely news.”

A key issue, he might have pointed out, is that Canadians also expect — or should expect — journalists to hold the government to account for what it does and does not do.

There are two main sources of news: curated news that is written, edited, and assembled by journalistic professionals, such as newspapers and television news, and non-curated news, or information posted and disseminated by individuals on social media platforms without any professional review for truth or accuracy. Increasingly, non-curated news is designed not to inform decisions but to inflame emotions. Much of it is fake news, largely driven by misinformation from other countries aimed at destabilizing our democracy.

The business model for curated news is collapsing as citizens increasingly turn to social media for their news. On top of that, the Prime Minister is wrong: most citizens no longer believe in curated media.

According to the 2022 Edelman Trust Barometer released in February, 61 percent of Canadians think journalists and reporters are purposely trying to mislead them, up 12 percent from 2021.

It should also be noted that it is not just that citizens do not trust the media and journalists: it is also that their trust in government and its public institutions has been collapsing for the past decade. Citizens no longer believe that governments can solve the problems of the day and provide the services they need efficiently. This lack of trust is engendering widespread anti-democratic and populist sentiment which argues that legitimately elected governments should be replaced with random people power or the tyranny of the majority. This erosion of trust and democratic backsliding suggests a breakdown of social cohesion and unity.

Journalists have an important role to play in countering this anti-democratic trend. Doing so properly will rebuild the credibility of their profession and draw news consumers back from social media.

First, while it may seem counter-intuitive, journalists should hold governments accountable not to bring them down, but rather to maintain transparency and compel them to be better at addressing today's serious problems like climate change and COVID-19. To take one example: elec-



tions are the ultimate test of our democracy and journalists have an important role to play in reporting platforms. However, as too frequently happens, they complain publicly about “yet another election.” Doing so degrades the credibility of our electoral process and delegitimizes our democratic institutions. This, of course, is happening today in the United States.

Second, journalists need to rethink the concept of balance. Historically, giving equal time to all points of view allowed journalists to argue that they were unbiased. Yet in a world of growing extremism, dangerous points of view should not be blindly given the same amount of ink or airtime as credible ones.

Third, journalists need to be alert to misinformation. While hardly on the scale of anti-vaxxer misinformation, in 2019, a story surfaced that said NDP leader Jagmeet Singh lived in a \$5.5 million mansion

with ceiling murals and ornate staircases. It was fake news. A good rule of thumb is that if it looks untrue, it probably is. Journalists should remember that the number of fact-checking sites has trebled since 2015 and use them.

Finally, and above all, journalists need to be relevant. They need to be sensitive to readers' and listeners' wants, but not pander to them. Their task is to find out not just what their readers and listeners want to know, but what they need to know in order to make informed decisions.

Rebuilding trust in curated journalism will happen if journalists take a principled stand on the future of our democratic institutions while also holding them to account — ultimately providing citizens with the information that they need to make sound decisions for the betterment of our democracy.

MARCH 10
6:30 - 9:30 PM

Annual General Meeting

L'assemblée générale

10 mars
18h30 - 21h30

aecgcsu.com • IG: @aecgcsu

Circle of First Nations, Métis & Inuit Students Annual Standalone

Réunion indépendante annuelle du Cercle des étudiantes et étudiants des Premières Nations, Métis et Inuits

March 23, 2022 Le 23 mars 2022

Please use the link to register: <https://linktr.ee/GCSU>

Queen Ifrica, Stop hitting your black gay supporters below the waist

Elton Campbell
Layout Designer

Trigger Warning: This article includes discussion of homophobia and sexual assault.

One of my favourite female Reggae artists of all time is Ventrice Morgan, popularly known as Queen Ifrica. I met this authentic “Fyah Muma” while working at The Gleaner Company in 2009. I vividly remember the “Lioness on the Rise” singer entering the office, and I immediately abandoned my stockpile of urgent responsibilities at my desk to greet her. What I have always admired about Queen Ifrica throughout the years is her genuine passion for charity, social justice, and her ability to encrypt powerful messages in her music. Queen Ifrica is a lyrical mastermind and a versatile performer: soft and seductive on songs such as “Below The Waist,” or an advocate for the voiceless on songs such as “Daddy” and “Serve and Protect.”

However, among Queen Ifrica’s impressive discography is a controversial reggae anthem from her 2009 debut album *Welcome to Montego Bay*. The song titled “Keep It To Yourself” is regarded by many LGBTQ+ rights activists as homophobic. I have had conversations with several black, LGBTQIA+ Jamaicans — both in Toronto and overseas — who have implored: Queen Ifrica, stop hitting your black, gay supporters below the waist!

Numerous lyrics in “Keep It To Yourself” encourage the suppression of black Jamaicans of various sexual orientations and gender identities. The lyrics, “Doan bring it to Jamaican (Keep it to yu self)... We nuh want dat a jamrock (Keep it to yu self),” can be translated to express “Do not bring those ideologies to Jamaicans, keep it to yourself. We do not want those ideologies or activities in Jamaica, keep it to yourself.” This sentiment is harmful and exclusionary. Whether we like it or not, a person who is Jamaican and identifies as gay is, unquestionably, still a Jamaican, and should thus have the same rights and freedoms as any other citizen.

“The gays are trying to silence my freedom of speech” is a phrase Queen Ifrica has expressed publicly. “Keep It To Yourself” could be seen as a response to vengeful human rights activists’ pent-up

rage from the popular, violent, anti-gay Reggae and Dancehall music that dominated sound systems during the early 2000s. Such music eventually led to the creation of The Reggae Compassionate Act, which was presented in 2007 as something of a peace treaty between Jamaican artists and LGBTIAQ+ groups who were advocating for the discontinuation of “murder the gays” music, or music that contained violent, homophobic lyrics.

Although I adore Queen Ifrica and her music, these anti-gay messages must stop. However, I must also recognize that Queen Ifrica is easily victimised because she is a black woman in a male-dominated music industry. It is unlikely that male artists expressing anti-gay views while performing would receive such a massive backlash. It can be concluded that her career is still taking a “hit below the waist (belt)” compared to her male counterparts who were the chief creators of the “murder the gays” genre in the early 2000s.

On December 27, 2021, on an entertainment talk show channel, The Fix, Queen Ifrica held firm to her stance on the LGBTQ+ community. When the hosts asked about her opinion on the gay community, Queen Ifrica responded, “The whole issue around the gay community is that it is about sexual preference, it is about a group of people defending their rights to practice sex the way they want to. Jamaica is supposed to be a homophobic place. Where is the proof? I want someone to show me the proof.” Many people still misunderstand what majority of the gay advocacy organizations are fighting for. Being LGBTQ+ is not just about sexual preferences but encompasses having similar rights as cisgender-heterosexual people such as being protected from abuse in school, work, and other social space, or the right to have a mortgage with same-sex partners.

One of the key lessons that I have learned while majoring in Sociology is to avoid making general assumptions about groups. Indeed, people are not one-dimensional, and everyone has multiple attributes and intersectionalities. “I don’t know any children in Jamaica born gay. Any kid who comes in front me right now was molested or raped. [...] They are bombarded by their phones and what they see on the movies and in their cartoons,” Queen Ifrica informed The Fix hosts. I called several black gay friends and associates in Jamaica and overseas after the show. Almost all of them confirmed that they have never been raped, molested, or had access to such content while growing up. It is imperative that we avoid generalising peoples’ experiences.



Photo par dancehallmag.com

Nowadays, it is a trend among various black men and women in the Jamaican music industry to create lewd music that degrades women to be palatable for listeners. It has evolved into a barbarically murderous gospel that glorifies violence against gay men, women, and children. Queen Ifrica’s commentary and music should not encourage this topsy-turvy Jamaica. Queen Ifrica, if you ever read this, the black and gay Jamaicans I have spo-

ken to want you to know that “real gay advocacy is not about converting people from homosexual to heterosexual.” Many of them appreciate you because you are among the few black Reggae artists that are working towards creating a better Jamaica. However, your homophobic views will not make Jamaica better. Queen Ifrica, stop hitting your black gay supporters below the waist!

GCSU.AECC 2022

Friday, March 18th, 6PM

Formal

Vendredi le 18 mars, 18h00

Une danse formelle

aegcsu.com • IG: @aegcsu

Art and Photography: Sunset by Shilpa Ahluwalia

