

À Rouen
Le 19 juillet 2020

Ami(e)s sportifs / sportives, Mesdames, Messieurs

Le retour à la compétition approche. Le contexte épidémique COVID-19 impose une ré-organisation complète des procédures sportives et médicales, auxquelles le MPCC adhère. Aussi, toujours avec la volonté de préserver la santé des coureurs mais aussi celle de l'encadrement, les contrôles de cortisolémie et de TSH reprendront à partir du 1^{er} août 2020 avec les règles listées :

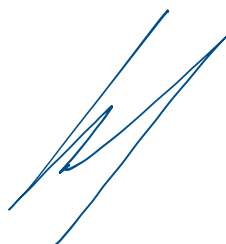
- **ANTICIPATION DU CONTRÔLE** : pour l'année 2020, le staff et les coureurs seront prévenus la veille au soir d'un contrôle MPCC. Ceci permettra une organisation plus limpide des locaux et dispositions sanitaires spécifiques. **Le créneau horaire réservé au contrôle est modifié et compris entre 07h00 et 09h00 du matin (au lieu de 06h00 auparavant).**
- **CONTRÔLE EN PIÈCE UNIQUE PAR ÉQUIPE** : dans la mesure du possible, les coureurs seront contrôlés dans une pièce propre à chaque équipe (Dr ou DS), et non plus dans une salle commune. Les règles de distanciation sociales (1 mètre d'écart) seront applicables à tout moment du rendez-vous préleveur – coureur, exception faite du prélèvement sanguin. Une personne accompagnante (staff) est permise dans la pièce, avec port d'un masque type chirurgical.
- **RÈGLES POUR LE COUREUR ET LE STAFF** : le port du masque type chirurgical sera obligatoire. Celui-ci devra être fourni par l'équipe / l'organisation de course. Il devra être récent (pour rappel, durée d'efficacité inférieure à 4 heures). Une friction de solution hydro-alcoolique devra obligatoirement précéder et suivre le prélèvement. Pour rappel, un lavage des mains savonneux doit précéder plusieurs lavages par solution hydro-alcoolique pour escompter une efficacité optimale.
- **RÈGLES POUR LE PRÉLEVEUR** : le port du masque type FFP2 ou FFP3 sera obligatoire pour le / la préleveur (se). S'ajouteront le port de gants chirurgicaux obligatoires pour le prélèvement. Une friction de solution hydro-alcoolique devra obligatoirement précéder et suivre le prélèvement. Une décontamination du matériel non jetable sera effectuée après chaque passage de coureur. Le préleveur aura possibilité, pour des raisons pratiques, d'accéder à plusieurs étages, soit plusieurs équipes. La personne « préleveur » aura bénéficié d'une PCR COVID19 dans les 72 heures précédant le jour du prélèvement. Celle-ci devra montrer le résultat négatif avant d'entrer dans une « bulle équipe ».
- En cas de symptômes respiratoires (toux, crachats, difficultés respiratoires, oppression thoracique), de fièvre, de courbature, de maux de tête, de perte du goût ou de l'odorat, fatigue anormale, présentés par un coureur, le staff se doit de contacter le Docteur Pierre Lebreton afin de l'en informer (06.04.51.41.31). De tels symptômes font surseoir au coureur le contrôle MPCC d'une part, l'incite à un dépistage nasopharyngé par PCR COVID-19 mis à disposition par l'organisateur de course d'autre part.

Des recommandations générales officielles sont disponibles sur :
<http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/sportsguideequipementssportifs.pdf>

L'épidémie COVID-19 est actuellement considérée comme latente, et non terminée. Les avis sur son évolution sont pour l'ensemble incertains. Aussi, ces recommandations peuvent être sujettes à modification aussitôt que nécessaire.

En cas d'interrogations, le président du MPCC, Roger Legeay, le médecin du MPCC, Pierre Lebreton, et les membres du conseil d'administration sont disposés à répondre à vos interrogations et à vous aider, avec un objectif double : sécurité sanitaire et enjeux sportifs.

Bien respectueusement



Pierre LEBRETON
Médecin MPCC

Rouen,
July, 19th, 2020

Dear cyclists, Ladies and Gentlemen

Cycling competition is approaching. The COVID-19 epidemic context requires a complete reorganization of sports and medical procedures, to which the MPCC adheres. Always with the will to preserve the health of the runners but also that of the coaching staff, the cortisol and TSH controls will resume from August 1st, 2020 with the following rules:

- **ANTICIPATION OF THE CONTROL:** for 2020, staff and riders will be notified one day before an MPCC control. This will allow a more transparent organization of the premises and specific sanitary precautions. **The time slot for control is between 7:00 a.m. and 9:00 a.m.**
- **SINGLE PIECE CONTROL BY TEAM:** as far as possible, the riders will be controlled in a specific room to each team (Dr or DS), and no longer in a common room. The social distancing rules (1 meter apart) will be applied at all times during the sampler-runner meeting, excepted during blood sampling. An accompanying person (staff) is allowed in the room, wearing a surgical mask.
- **RULES FOR THE RUNNER AND THE STAFF:** wearing a surgical mask will be mandatory. This must be provided by the race team / organization. It must be a recent mask (as a reminder, duration of effectiveness less than 4 hours). A rubbing of hydro-alcoholic solution must precede and follow the sampling. Soapy washing hand must precede several washes with hydro-alcoholic solution to expect optimal effectiveness.
- **RULES FOR THE SAMPLER:** wearing a mask type FFP2 or FFP3 will be mandatory. In addition, wearing surgical gloves is recommended for sampling. A rubbing of hydro-alcoholic solution must precede and follow the sampling. Non-unique material will be decontaminated after each rider's passage. The sampler will have the possibility, for practical reasons, of accessing several floors, *ie* several teams. The "sampler" will benefit from a COVID19 PCR in the 72 hours preceding the day of the sample. He must show the negative result before entering in a « bubble team »
- In case of respiratory symptoms (cough, sputum, shortness breathing, tightness in the chest), fever, body aches, headache, loss of taste or smell, abnormal fatigue, presented by a runner, please contact Doctor Pierre Lebreton to inform him (06.04.51.41.31). Combination of such symptoms does not allow MPCC blood sampling on the one hand, and incites him to nasopharyngeal screening by PCR COVID-19 made available by the race organizer on the other hand.

French official general recommendations are available at:
<http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/sportsguideequipementssportifs.pdf>

The COVID-19 epidemic is currently considered latent by authorities, but not over. Most of opinions about it are uncertain. Also, these recommendations may be subject to change as soon as necessary.

For questions, President of the MPCC, Roger Legeay, Doctor of the MPCC, Pierre Lebreton, and all of the MPCC's staff are ready to answer your questions and help you, with two objectives: health security and sports issues.

Best regards



Pierre LEBRETON
Doctor MPCC