

# 100 Meta Prompts PromptingAI pour Encadrer la LMRSSST au Québec

## Identification et analyse des risques

1. "Analyse les exigences spécifiques de la LMRSSST concernant [type d'activité] et génère une liste hiérarchisée des risques à évaluer selon les critères de la CNESST."
2. "Élabore un questionnaire d'identification des risques psychosociaux conforme aux nouvelles obligations d'octobre 2025, incluant les facteurs de risque reconnus par l'INSPQ."
3. "Crée une matrice d'évaluation des risques adaptée au secteur [SCIAN spécifique] intégrant les seuils d'acceptabilité définis par la LMRSSST."
4. "Génère un guide d'identification des dangers en télétravail selon l'article 51 de la LSST tel que modifié par la LMRSSST, incluant l'évaluation ergonomique du poste à domicile."
5. "Développe un outil d'analyse de risques pour les travailleurs immigrants dans le secteur [nom du secteur], tenant compte des barrières linguistiques et culturelles selon les recommandations de la CNESST."
6. "Crée une checklist d'audit SST intégrant les nouvelles obligations des mécanismes de prévention selon la taille et le niveau de risque de l'entreprise."
7. "Élabore un système d'évaluation des compétences requises pour le Représentant en santé et sécurité (RSS) selon le niveau de risque établi par la CNESST."
8. "Conçois un questionnaire d'identification des risques liés aux nouvelles technologies vertes (panneaux solaires, batteries, etc.) conforme aux normes québécoises."
9. "Développe un système d'identification des facteurs ergonomiques pour la main-d'œuvre vieillissante en contexte de [type de travail], aligné sur les recommandations de l'IRSST."
10. "Génère un cadre d'analyse des risques émergents liés au travail hybride, incluant les aspects psychosociaux et ergonomiques selon les directives de la LMRSSST."

## Élaboration de programmes de prévention

11. "Crée un programme de prévention complet pour une entreprise de [secteur] de [nombre] employés, respectant les nouvelles exigences de la LMRSSST et le calendrier d'implantation."
12. "Élabore un plan d'action SST pour une PME de [nombre] employés dans le secteur [SCIAN], conforme aux mécanismes de prévention obligatoires selon le décret 1547-2021."
13. "Génère un protocole d'identification et d'analyse des risques psychosociaux conforme à l'obligation d'octobre 2025, incluant mesures préventives et correctrices."

14. "Développe un programme de prévention adapté au télétravail permanent pour une entreprise de [secteur], intégrant les responsabilités de l'employeur selon la LMRST."
15. "Conçois un plan de prévention des troubles musculosquelettiques pour les travailleurs de plus de 55 ans dans le secteur [nom du secteur], aligné sur les directives de l'IRST."
16. "Élabore un programme d'accueil et d'intégration sécuritaire pour les travailleurs immigrants dans le secteur [nom du secteur], multilingue et culturellement adapté."
17. "Crée un programme de prévention des risques liés à la transition écologique pour le secteur [nom du secteur], incluant les nouveaux procédés et matériaux."
18. "Développe un protocole intégré de gestion des situations à risque de violence en milieu de travail, conforme aux nouvelles dispositions de la LMRST."
19. "Génère un programme de surveillance médicale adapté aux risques spécifiques du secteur [nom du secteur], conforme aux nouvelles exigences réglementaires."
20. "Élabore un plan d'action pour la mise en œuvre progressive des mécanismes de prévention obligatoires selon le calendrier établi par la LMRST."

## **Formation et sensibilisation**

21. "Crée un module de formation sur les nouvelles obligations du Comité de santé et de sécurité (CSS) selon la LMRST, incluant études de cas et évaluations."
22. "Développe un parcours de formation pour les Représentants en santé et sécurité (RSS), aligné sur leurs nouvelles responsabilités définies dans la LMRST."
23. "Génère un programme de formation multilingue sur les risques spécifiques au secteur [nom du secteur] pour les travailleurs immigrants, conforme aux exigences de la CNESST."
24. "Élabore un module de sensibilisation aux risques psychosociaux pour les gestionnaires, intégrant les nouvelles obligations d'octobre 2025."
25. "Crée un guide de formation à l'identification des risques en télétravail pour les employés et superviseurs, selon l'article 51 de la LSST tel que modifié."
26. "Développe un programme de formation adapté aux travailleurs de plus de 55 ans dans le secteur [nom du secteur], tenant compte des limitations physiques potentielles."
27. "Conçois un module de formation sur les droits et obligations des travailleurs selon la LMRST, en langage simple et accessible."
28. "Génère un plan de formation continue pour les membres du CSS, incluant les mises à jour réglementaires et les bonnes pratiques sectorielles."
29. "Élabore un programme de formation à la prévention des TMS adapté au contexte du travail hybride, incluant ergonomie à domicile et au bureau."

30. "Crée un module de sensibilisation aux nouvelles obligations de l'employeur en matière de santé psychologique au travail selon la LMRSSST."

## **Documentation et conformité**

31. "Génère un registre des risques conforme aux exigences de la LMRSSST pour une entreprise du secteur [nom du secteur], incluant évaluation et mesures de contrôle."
32. "Élabore un modèle de plan d'action correctif suite à un incident, intégrant les exigences de documentation de la CNESST."
33. "Crée un système de suivi des obligations réglementaires en SST selon le calendrier d'implantation de la LMRSSST pour une entreprise de [niveau de risque]."
34. "Développe un tableau de bord de conformité aux mécanismes de prévention obligatoires selon la taille et le niveau de risque de l'établissement."
35. "Génère un modèle de registre des premiers secours et premiers soins conforme aux nouvelles exigences de la LMRSSST."
36. "Élabore un système de documentation et de suivi pour l'analyse des risques psychosociaux et les mesures préventives associées."
37. "Crée un modèle de procès-verbal pour les réunions du CSS conforme aux nouvelles exigences de la LMRSSST, incluant les points obligatoires à traiter."
38. "Développe un registre de formation SST permettant de démontrer la conformité aux obligations de l'employeur selon la LMRSSST."
39. "Génère un modèle de rapport d'inspection des lieux de travail, incluant les éléments exigés par la LMRSSST et la CNESST."
40. "Élabore un système de documentation pour le télétravail démontrant la diligence raisonnable de l'employeur selon les nouvelles dispositions."

## **Gestion des risques psychosociaux**

41. "Crée une méthodologie d'identification et d'évaluation des risques psychosociaux conforme aux exigences d'octobre 2025, adaptée au secteur [nom du secteur]."
42. "Développe un cadre d'analyse de la charge de travail et de l'autonomie décisionnelle selon les facteurs de risque reconnus par l'INSPQ et la CNESST."
43. "Génère un outil d'évaluation du climat de travail et des relations interpersonnelles conforme aux nouvelles obligations en santé psychologique."
44. "Élabore un plan de prévention de la violence et du harcèlement en milieu de travail selon les dispositions actualisées de la LMRSSST."

45. "Crée un système de monitoring des indicateurs précoces de risques psychosociaux adaptés au contexte québécois et au secteur [nom du secteur]."
46. "Développe un questionnaire d'évaluation de l'équilibre travail-vie personnelle en contexte de travail hybride, aligné sur les recommandations de l'IRSST."
47. "Génère un protocole d'intervention en cas de détresse psychologique au travail, conforme aux obligations légales de l'employeur."
48. "Élabore un plan d'action pour la reconnaissance au travail comme facteur de protection contre les risques psychosociaux selon les recommandations de l'INSPQ."
49. "Crée un cadre d'évaluation de la communication organisationnelle comme facteur influençant les risques psychosociaux selon les critères de la CNESST."
50. "Développe un programme de prévention de l'épuisement professionnel adapté aux réalités du secteur [nom du secteur] et aux exigences de la LMRSSST."

## **Gestion du télétravail et travail hybride**

51. "Génère une politique de télétravail conforme aux obligations de l'employeur selon l'article 51 de la LSST tel que modifié par la LMRSSST."
52. "Crée un questionnaire d'auto-évaluation ergonomique du poste de télétravail conforme aux recommandations de l'IRSST et aux obligations légales."
53. "Élabore un protocole d'inspection virtuelle des lieux de télétravail respectant à la fois les obligations SST et la vie privée des employés."
54. "Développe un guide des bonnes pratiques en santé psychologique pour les télétravailleurs, aligné sur les nouvelles exigences en matière de risques psychosociaux."
55. "Crée un programme de prévention spécifique au travail hybride, incluant les responsabilités partagées entre employeur et employé."
56. "Génère une procédure d'intervention en cas d'accident en télétravail, conforme aux exigences de déclaration de la CNESST."
57. "Élabore un cadre d'évaluation des risques liés à l'hyperconnexion et au droit à la déconnexion dans un contexte de télétravail."
58. "Développe un outil de suivi de la santé psychologique des télétravailleurs, aligné sur les obligations d'octobre 2025."
59. "Crée un programme de formation à la gestion du temps et des frontières travail-vie personnelle en contexte hybride, selon les recommandations de l'INSPQ."
60. "Génère un protocole de communication et de collaboration sécuritaire pour les équipes hybrides, tenant compte des risques psychosociaux spécifiques."

## **Adaptation aux travailleurs vulnérables**

61. "Élabore un programme d'adaptation des postes de travail pour les travailleurs de plus de 55 ans dans le secteur [nom du secteur], conforme aux exigences de la LMRST."
62. "Développe un protocole d'accueil et d'intégration sécuritaire pour les travailleurs immigrants allophones, incluant documentation multilingue et adaptée culturellement."
63. "Crée un cadre d'évaluation des besoins spécifiques des travailleurs en situation de handicap selon les dispositions actualisées de la LMRST."
64. "Génère un programme de mentorat SST adapté aux jeunes travailleurs du secteur [nom du secteur], tenant compte de leur vulnérabilité accrue aux accidents."
65. "Élabore un plan d'adaptation progressive pour le retour au travail après une absence prolongée, conforme aux obligations de la LMRST."
66. "Développe un protocole d'identification et de suivi des travailleurs à risque de TMS dans le secteur [nom du secteur], selon les critères de l'IRST."
67. "Crée un cadre d'évaluation et d'adaptation des postes pour les travailleuses enceintes ou qui allaitent, selon les dispositions du programme Pour une maternité sans danger."
68. "Génère un programme de prévention ciblé pour les travailleurs expatriés ou en déplacement fréquent, conforme aux obligations extraterritoriales de l'employeur."
69. "Élabore un guide d'adaptation de la communication SST pour les personnes ayant des limitations cognitives ou sensorielles, respectant l'obligation d'information adéquate."
70. "Développe un protocole d'accompagnement SST pour les travailleurs en réorientation professionnelle ou en transition de carrière dans le secteur [nom du secteur]."

## **Gestion des contractants et travailleurs externes**

71. "Crée un programme de qualification SST des sous-traitants conforme aux nouvelles responsabilités de l'employeur selon la LMRST."
72. "Élabore un cadre d'intégration sécuritaire des travailleurs d'agence dans le secteur [nom du secteur], tenant compte du partage des responsabilités."
73. "Génère un protocole de communication et de coordination SST pour les chantiers multi-employeurs selon les exigences actualisées de la LMRST."
74. "Développe un système d'évaluation de la performance SST des contractants adapté au secteur [nom du secteur] et aux critères de la CNESST."
75. "Crée un guide de gestion des interfaces SST entre donneurs d'ordre et contractants selon les nouvelles dispositions de la LMRST."

76. "Élabore un programme d'accueil sécuritaire des travailleurs externes sur site, incluant vérification des qualifications et formation spécifique."
77. "Génère un cadre contractuel type intégrant les exigences SST selon la LMRST pour les relations avec les sous-traitants."
78. "Développe un protocole d'audit SST des sous-traitants aligné sur les obligations de diligence raisonnable de l'employeur principal."
79. "Crée un système de partage d'information sur les risques et mesures préventives entre employeurs partageant un même lieu de travail."
80. "Élabore un mécanisme de coordination des plans de prévention entre multiples employeurs sur un même site, conforme aux exigences de la LMRST."

## **Gestion de crise et situations d'urgence**

81. "Génère un plan de mesures d'urgence adapté aux nouvelles réalités du travail hybride, conforme aux exigences de la LMRST."
82. "Développe un protocole de communication de crise intégrant les travailleurs sur site et en télétravail, selon les normes québécoises en vigueur."
83. "Crée un guide d'intervention en cas d'incident critique affectant la santé psychologique, aligné sur les obligations d'octobre 2025."
84. "Élabore un programme de formation des intervenants de première ligne en situation d'urgence, conforme aux exigences de la CNESST."
85. "Génère un protocole d'évacuation adapté aux travailleurs à mobilité réduite ou ayant des besoins particuliers."
86. "Développe un cadre de gestion post-incident incluant enquête, analyse et mesures correctives selon les exigences de la LMRST."
87. "Crée un plan de continuité des opérations SST en cas de perturbation majeure, intégrant les nouvelles obligations réglementaires."
88. "Élabore un protocole de retour à la normale après une situation d'urgence, incluant soutien psychologique et suivi adapté."
89. "Génère un guide de préparation aux situations climatiques extrêmes pour le secteur [nom du secteur], tenant compte des particularités régionales du Québec."
90. "Développe un système d'analyse et de prévention des quasi-accidents conformes aux meilleures pratiques et aux exigences de la CNESST."

## **Innovation et nouvelles technologies**

91. "Crée un cadre d'évaluation des risques liés à l'introduction de l'IA dans les processus de travail du secteur [nom du secteur], aligné sur l'Énoncé de principes pour une IA responsable du Québec."
92. "Élabore un programme de gestion des risques émergents liés aux technologies vertes (batteries, panneaux solaires, hydrogène), conforme aux normes québécoises."
93. "Génère un protocole d'analyse ergonomique pour l'introduction de cobots (robots collaboratifs) selon les recommandations de l'IRSST."
94. "Développe un guide d'évaluation des impacts des nouvelles technologies sur la charge cognitive et les risques psychosociaux selon les critères d'octobre 2025."
95. "Crée un programme de transition sécuritaire vers les véhicules électriques dans le secteur [nom du secteur], intégrant les nouvelles normes de sécurité."
96. "Élabore un cadre de gouvernance éthique pour l'utilisation des technologies de surveillance en SST, respectant la vie privée et les droits des travailleurs."
97. "Génère un protocole d'évaluation des exosquelettes et autres technologies d'assistance physique selon les critères de l'IRSST et les normes québécoises."
98. "Développe un guide d'intégration sécuritaire de la réalité virtuelle dans les programmes de formation SST, conforme aux obligations de l'employeur."
99. "Crée un cadre d'analyse des impacts de l'automatisation sur l'organisation du travail et les risques psychosociaux selon les critères de la CNESST."
100. "Élabore un programme de veille technologique et réglementaire en SST adapté au secteur [nom du secteur] et au contexte québécois en évolution."