PLANIFICATION SST

# Plan d'action SST — exemple rempli

Exigé de tout établissement de moins de 20 travailleurs en vertu de la Loi sur la santé et la sécurité du travail (LSST) et du Règlement sur les mécanismes de prévention et de participation en établissement (RMPPE).

**Document produit par PlanSST (plansst.ca), un outil privé. Il n'est pas publié par la CNESST ni approuvé par elle ; les modèles officiels se trouvent sur cnesst.gouv.qc.ca.**

Le RMPPE est en vigueur depuis le 1er octobre 2025. La mise en œuvre complète est exigée depuis le 1er octobre 2026.

Document d'exemple. Les réponses ci-dessous décrivent une entreprise fictive de 12 employés et servent à illustrer le niveau de détail attendu. Remplacez chaque ligne par votre réalité.

## 1. Profil de l'établissement

| | |
|---|---|
| **Entreprise** | Restaurant Le Nord inc. |
| **NEQ** | 1234567890 |
| **Adresse de l'établissement** | 145 rue Principale, Saint-Constant (Québec) J5A 1A1 |
| **Secteur d'activité** | Restauration |
| **Nombre de travailleurs** | 12 |
| **Description des activités** | Restaurant avec salle à manger de 60 places, cuisine chaude, service de traiteur les fins de semaine. Ouvert 6 jours sur 7. |
| **Responsable SST** | Marie Tremblay, propriétaire |
| **Agent de liaison SST** | Julien Côté, chef de cuisine |
| **Date de création** | 15 août 2026 |
| **Dernière révision** | 15 août 2026 |

## Table des matières


1. Profil de l'établissement
2. Dangers présents dans votre milieu
3. Mesures de prévention exigées

4. Mesures correctives et échéances
5. Agent de liaison en santé et sécurité (ALSS)
6. Calendrier de révision
7. Méthodologie
8. Avertissement

## 2. Dangers présents dans votre milieu

Ces questions portent sur ce qui existe chez vous. Répondez « Oui » quand le danger est présent, puis évaluez sa sévérité : F = faible, M = moyenne, É = élevée. Un plan qui décrit des dangers génériques plutôt que les vôtres est le manquement le plus souvent relevé.

### 2.1 Risques physiques

| # | Danger | Présent ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Est-ce que vos travailleurs sont exposés à des niveaux de bruit élevés (machinerie, outils, équipements) ? | **Oui** | M | Constaté lors de la tournée du 12 août 2026. |
| 2 | Est-ce que vos travailleurs utilisent des outils ou équipements qui produisent des vibrations (perceuses, marteaux-piqueurs, véhicules) ? | Non | — | |
| 3 | Est-ce que vos travailleurs sont exposés à des températures élevées (cuisines, fours, travail extérieur en été) ? | **Oui** | M | Constaté lors de la tournée du 12 août 2026. |
| 4 | Est-ce que vos travailleurs sont exposés au froid intense (chambres froides, travail extérieur en hiver) ? | **Oui** | É | Constaté lors de la tournée du 12 août 2026. |
| 5 | Est-ce que vos travailleurs effectuent des tâches en hauteur (échelles, échafaudages, toitures) ? | Non | — | |

### 2.2 Risques chimiques

| # | Danger | Présent ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 6 | Est-ce que vos travailleurs ont les mains mouillées ou gantées plus de deux heures par jour (shampooings, colorations, manucures) ? | Non | — | |

### 2.3 Risques biologiques

| # | Danger | Présent ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 7 | Est-ce que votre milieu de travail présente des signes de moisissures ou de problèmes d'humidité ? | **Oui** | F | Constaté lors de la tournée du 12 août 2026. |
| 8 | Est-ce que vos travailleurs peuvent être en contact avec du sang ou d'autres liquides biologiques (soins, couches, premiers soins, nettoyage) ? | Non | — | |

### 2.4 Risques ergonomiques

| # | Danger | Présent ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 9 | Est-ce que vos travailleurs effectuent des mouvements répétitifs pendant de longues périodes ? | Non | — | |

| # | Danger | Présent ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 10 | Est-ce que vos travailleurs effectuent de la manutention manuelle de charges (lever, transporter, pousser) ? | Non | — | |
| 11 | Est-ce que vos travailleurs sont debout de façon prolongée (plus de 4 heures consécutives) ? | Non | — | |
| 12 | Est-ce que vos travailleurs restent assis de façon prolongée sans possibilité de bouger (plus de 2 heures consécutives) ? | Non | — | |
| 13 | Est-ce que vos travailleurs adoptent des postures contraignantes (bras au-dessus des épaules, flexion du tronc, torsion) ? | Non | — | |
| 14 | Est-ce que vos travailleurs soulèvent ou déplacent des personnes (enfants, patients, résidents) ? | Non | — | |

## 3. Mesures de prévention exigées

Ces questions portent sur ce qui doit être en place. Répondez « Oui » si la mesure existe déjà — dans ce cas il n'y a rien à corriger. Répondez « Non » si elle manque : c'est alors un manquement à reporter dans le plan d'action, avec sa sévérité.

### 3.1 Risques physiques

| # | Mesure exigée | En place ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Est-ce que l'éclairage dans vos espaces de travail est adéquat pour les tâches effectuées ? | **Non** | M | Constaté lors de la tournée du 12 août 2026. |
| 2 | Est-ce que les installations électriques sont inspectées régulièrement et conformes aux normes ? | **Non** | F | Constaté lors de la tournée du 12 août 2026. |
| 3 | Disposez-vous d'extincteurs vérifiés annuellement et d'un système de détection d'incendie fonctionnel ? | **Non** | M | Constaté lors de la tournée du 12 août 2026. |
| 4 | Est-ce que des mesures sont en place pour prévenir les chutes de plain-pied (planchers mouillés, câbles au sol, surfaces inégales) ? | **Non** | É | Constaté lors de la tournée du 12 août 2026. |
| 5 | Est-ce que les machines et équipements sont munis de dispositifs de protection (gardes, arrêts d'urgence) ? | Oui | — | |
| 6 | Est-ce que la circulation des véhicules et des piétons est séparée dans vos aires de travail (chariots élévateurs, camions) ? | Oui | — | |
| 7 | Est-ce que les appareils de photoépilation ou de laser esthétique sont utilisés avec une protection oculaire et une procédure écrite ? | Oui | — | |
| 8 | Est-ce que vos tracteurs ont une structure de protection au retournement avec ceinture, et les arbres de transmission leurs protecteurs ? | Oui | — | |

### 3.2 Risques chimiques

| # | Mesure exigée | En place ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 9 | Est-ce que les produits dangereux utilisés dans votre milieu de travail sont identifiés selon le SIMDUT et accompagnés de fiches de données de sécurité (FDS) ? | **Non** | É | Constaté lors de la tournée du 12 août 2026. |
| 10 | Est-ce que votre milieu de travail dispose d'une ventilation adéquate pour évacuer les fumées, vapeurs ou poussières ? | Oui | — | |
| 11 | Est-ce que des équipements de protection individuelle (gants, lunettes, masques) sont fournis pour la manipulation de produits chimiques ? | Oui | — | |

| # | Mesure exigée | En place ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 12 | Disposez-vous d'une procédure en cas de déversement de produits chimiques et de trousses de déversement accessibles ? | Oui | — | |
| 13 | Est-ce que les produits chimiques sont entreposés de manière sécuritaire (séparation des incompatibles, ventilation, contention) ? | Oui | — | |
| 14 | Est-ce que les produits de nettoyage utilisés sont correctement étiquetés et les travailleurs formés sur les risques de mélange ? | Oui | — | |
| 15 | Est-ce que des mesures de contrôle des poussières sont en place (bois, silice, ciment, amiante) ? | Oui | — | |
| 16 | Est-ce que les produits sensibilisants (poudres et liquides pour ongles, décolorants, lissages) sont utilisés avec une captation à la source ? | Oui | — | |
| 17 | Est-ce que l'application de pesticides est faite par une personne certifiée, avec respect des délais de réentrée ? | Oui | — | |

### 3.3 Risques biologiques

| # | Mesure exigée | En place ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 18 | Est-ce que des procédures d'hygiène alimentaire sont en place pour prévenir les toxi-infections (températures, nettoyage, contamination croisée) ? | Oui | — | |
| 19 | Disposez-vous de mesures pour prévenir la transmission de maladies infectieuses (lavage des mains, désinfection, politique de présence) ? | Oui | — | |
| 20 | Est-ce qu'un programme de gestion parasitaire (rongeurs, insectes) est en place dans votre établissement ? | Oui | — | |
| 21 | Est-ce que vos travailleurs savent comment réagir en cas d'exposition à du sang ou à des liquides biologiques ? | Oui | — | |
| 22 | Est-ce que les systèmes de ventilation et de climatisation (CVAC) sont entretenus et les filtres remplacés régulièrement ? | Oui | — | |
| 23 | Est-ce que des procédures de lavage des mains et de désinfection des surfaces sont établies et appliquées ? | Oui | — | |

### 3.4 Risques ergonomiques

| # | Mesure exigée | En place ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 24 | Est-ce que les postes de travail informatiques sont aménagés de façon ergonomique (écran, chaise, clavier) ? | Oui | — | |
| 25 | Est-ce que des mesures sont prises pour réduire la fatigue visuelle liée au travail sur écran ? | Oui | — | |

### 3.5 Risques psychosociaux

| # | Mesure exigée | En place ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 26 | Disposez-vous d'une politique de prévention du harcèlement psychologique et sexuel au travail ? | Oui | — | |
| 27 | Est-ce que la charge de travail de vos employés est évaluée régulièrement pour prévenir le surmenage ? | Oui | — | |
| 28 | Avez-vous identifié les situations à risque de violence au travail et mis en place des mesures de prévention ? | Oui | — | |
| 29 | Disposez-vous d'un protocole pour soutenir les travailleurs victimes de violence conjugale ou familiale se manifestant au travail ? | Oui | — | |
| 30 | Est-ce que des ressources en santé mentale et en gestion du stress sont accessibles à vos employés ? | Oui | — | |
| 31 | Disposez-vous d'un mécanisme de résolution de conflits entre collègues ou avec la direction ? | Oui | — | |
| 32 | Est-ce qu'un protocole de soutien est en place en cas d'événement traumatique au travail (accident grave, décès, agression) ? | Oui | — | |
| 33 | Est-ce que des mesures favorisent le droit à la déconnexion de vos employés en dehors des heures de travail ? | Oui | — | |

### 3.6 Risques liés à la sécurité

| # | Mesure exigée | En place ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 34 | Disposez-vous d'un plan d'évacuation d'urgence affiché et connu de tous les travailleurs ? | Oui | — | |
| 35 | Disposez-vous d'une trousse de premiers soins conforme et d'au moins un secouriste formé sur les lieux ? | Oui | — | |
| 36 | Est-ce que des mesures de sécurité sont en place pour les travailleurs qui travaillent seuls (travail isolé) ? | Oui | — | |
| 37 | Est-ce que l'accès à vos lieux de travail est contrôlé pour prévenir les intrusions ? | Oui | — | |

| # | Mesure exigée | En place ? | Sévérité | Notes / précisions |
|---|---|---|---|---|
| 38 | Est-ce que les équipements de protection individuelle (EPI) nécessaires sont disponibles, en bon état et que les travailleurs sont formés à leur utilisation ? | Oui | — | |
| 39 | Disposez-vous de procédures de cadenassage et d'étiquetage pour l'entretien des machines et équipements ? | Oui | — | |
| 40 | Est-ce que vos travailleurs connaissent la procédure de déclaration des accidents, incidents et situations dangereuses ? | Oui | — | |
| 41 | Disposez-vous d'un système de communication d'urgence pour rejoindre rapidement tous les travailleurs en cas de danger ? | Oui | — | |
| 42 | Est-ce que la manipulation et l'élimination des objets piquants ou tranchants (aiguilles, lancettes, lames) sont encadrées ? | Oui | — | |
| 43 | Est-ce que l'accès aux silos, fosses à lisier et cellules à grain est encadré par une procédure d'espace clos ? | Oui | — | |
| 44 | Est-ce que le travail auprès des animaux est organisé pour éviter l'écrasement et les coups ? | Oui | — | |
| 45 | Est-ce que vos travailleurs reçoivent la formation et les consignes dans une langue qu'ils comprennent réellement ? | Oui | — | |
| 46 | Si des travailleurs de 16 ans et moins font partie de votre équipe, les tâches qui leur sont interdites ou qui présentent un risque particulier pour eux ont-elles été identifiées et encadrées (supervision, formation, horaires) ? | Oui | — | |

## 4. Mesures correctives et échéances

Chaque risque présent doit mener à une mesure, avec un responsable nommé et une date. « À faire » n'est pas une mesure.

| # | Danger | Mesure corrective retenue | Responsable | Échéance | État |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Est-ce que vos travailleurs sont exposés à des niveaux de bruit élevés (machinerie, outils, équipements) ? | Effectuer une évaluation du bruit ambiant, fournir des protecteurs auditifs adaptés et afficher la signalisation appropriée dans les zones bruyantes. | Marie Tremblay, propriétaire | 1 sept. 2026 | Fait |
| 2 | Est-ce que vos travailleurs sont exposés à des températures élevées (cuisines, fours, travail extérieur en été) ? | Mettre en place un programme de prévention des coups de chaleur incluant des pauses régulières, un accès à l'eau fraîche et une rotation des tâches. | Julien Côté, chef de cuisine | 15 sept. 2026 | Fait |
| 3 | Est-ce que vos travailleurs sont exposés au froid intense (chambres froides, travail extérieur en hiver) ? | Fournir des vêtements isolants appropriés, aménager des aires de réchauffement et établir un horaire de pauses-réchauffement. | Marie Tremblay, propriétaire | 1 oct. 2026 | En cours |
| 4 | Est-ce que votre milieu de travail présente des signes de moisissures ou de problèmes d'humidité ? | Inspecter régulièrement les lieux pour détecter les infiltrations d'eau, maintenir le taux d'humidité entre 30% et 50%, et faire traiter toute moisissure par des professionnels. | Julien Côté, chef de cuisine | 15 oct. 2026 | En cours |
| 5 | Est-ce que l'éclairage dans vos espaces de travail est adéquat pour les tâches effectuées ? | Évaluer l'éclairage de chaque poste de travail, installer un éclairage d'appoint où nécessaire et remplacer les ampoules défectueuses rapidement. | Marie Tremblay, propriétaire | 1 nov. 2026 | À faire |
| 6 | Est-ce que les installations électriques sont inspectées régulièrement et conformes aux normes ? | Faire inspecter les installations par un électricien certifié annuellement, étiqueter les panneaux électriques et former les travailleurs sur les risques électriques. | Julien Côté, chef de cuisine | 1 sept. 2026 | À faire |
| 7 | Disposez-vous d'extincteurs vérifiés annuellement et d'un système de détection d'incendie fonctionnel ? | Installer des extincteurs aux endroits stratégiques, les faire vérifier annuellement, tester les avertisseurs de fumée mensuellement et former le personnel à leur utilisation. | Marie Tremblay, propriétaire | 15 sept. 2026 | À faire |
| 8 | Est-ce que des mesures sont en place pour prévenir les chutes de plain-pied (planchers mouillés, câbles au sol, surfaces inégales) ? | Installer des revêtements antidérapants, utiliser des couvre-câbles, nettoyer immédiatement les déversements et signaler les surfaces mouillées. | Julien Côté, chef de cuisine | 1 oct. 2026 | À faire |

| # | Danger | Mesure corrective retenue | Responsable | Échéance | État |
|---|---|---|---|---|---|
| 9 | Est-ce que les produits dangereux utilisés dans votre milieu de travail sont identifiés selon le SIMDUT et accompagnés de fiches de données de sécurité (FDS) ? | Tenir un registre à jour de tous les produits dangereux, s'assurer que les FDS sont accessibles dans la langue du travailleur et former tous les employés au SIMDUT. | Marie Tremblay, propriétaire | 15 oct. 2026 | À faire |

## 5. Agent de liaison en santé et sécurité (ALSS)

Dans un établissement de moins de 20 travailleurs, ce sont les travailleurs qui désignent entre eux un agent de liaison en santé et sécurité (ALSS) (LSST, art. 97.1). L'employeur inscrit ici la personne désignée.

L'ALSS doit suivre la formation prévue dans l'année suivant sa désignation. La formation est offerte gratuitement (CNESST / TÉLUQ). Pour les ALSS déjà désignés, la formation devait être suivie au plus tard le 1er octobre 2026.

| | |
|---|---|
| **Nom de l'ALSS** | Julien Côté, chef de cuisine |
| **Date de désignation** | 3 mars 2026 |
| **Formation suivie (date)** | 12 juin 2026 |
| **Échéance de formation** | Respectée : formation suivie dans l’année suivant la désignation |
| **Moyen de communication avec les travailleurs** | Tableau d’affichage de la salle de pause et courriel |

## 6. Calendrier de révision

Le plan d'action doit rester à jour. Révisez-le au moins une fois par année, et chaque fois qu'un nouveau risque apparaît : nouvel équipement, nouveau local, nouvelle tâche, accident ou quasi-accident.

| | |
|---|---|
| **Révision annuelle** | Planifiée |
| **Après tout accident ou quasi-accident** | Planifiée |
| **Après un changement d’équipement ou de local** | Planifiée |
| **Après l'embauche d'un nouveau travailleur** | Planifiée |

## 7. Méthodologie

Les risques listés proviennent du cadre à six catégories utilisé par la CNESST : physiques, chimiques, biologiques, ergonomiques, psychosociaux et liés à la sécurité. Les mesures suggérées sont des points de départ courants, à adapter à votre milieu.

## 8. Avertissement

Ce document est un outil de structuration à caractère informatif. Il ne constitue pas un avis juridique ni un avis professionnel en santé et sécurité du travail, et ne remplace pas l'évaluation d'un préventionniste certifié ni les obligations prévues par la LSST et ses règlements. En inspection, l'absence de plan d'action peut donner lieu à un avis de correction assorti d'un délai (LSST, art. 182) ; la LSST prévoit aussi des amendes (art. 236 et 237), revalorisées chaque 1er janvier.

| Signature de l’employeur | Signature de l’ALSS | Date |
|---|---|---|

**Ce modèle est vierge — c’est voulu.**

La partie longue n’est pas d’écrire : c’est de savoir quels dangers s’appliquent chez vous et quelle mesure la CNESST attend contre chacun. Le questionnaire de votre secteur pose ces questions à votre place — 28 à 54 selon le secteur, environ 30 minutes — et le plan se remplit à l’écran. C’est gratuit ; seuls l’export du document et les quatre autres pièces (politique contre le harcèlement pré-remplie, checklist de votre secteur, guide avant inspection, registre Excel) coûtent 129 $, une fois.

**Commencer le questionnaire, gratuit : plansst.ca/fr/evaluation**

**Le plan rempli et les quatre autres pièces, 129 $ : plansst.ca/fr/plan-action-complet**