

FICHE EXPRESS / 1

Votre accès CPF en 6 étapes.

À garder sous les yeux. Pour les captures détaillées, ouvrez le guide complet Adopt'IA.

- 1 Préparez**
 Votre téléphone compatible, votre pièce originale éligible, votre e-mail et vos SMS. La création de l'Identité Numérique est gratuite.
- 2 Vérifiez le compte La Poste**
 Sur moncompte.laposte.fr, créez ou retrouvez votre compte. Terminez la validation de l'adresse e-mail avec le code reçu.
- 3 Installez l'application officielle**
 L'Identité Numérique La Poste, éditeur La Poste. Connectez-vous au même compte. Autorisez les notifications.
- 4 Faites vérifier votre identité**
 À distance, filmez le document et votre visage selon les consignes ; ou choisissez un bureau de poste. Gardez le code d'activation en lieu sûr.
- 5 Terminez l'activation**
 Attendez le résultat, vérifiez vos informations, saisissez le code d'activation puis choisissez le code secret à 4 chiffres.
- 6 Connectez-vous à votre CPF**
 Sur moncompteformation.gouv.fr : S'identifier → FranceConnect+ → La Poste → votre numéro → confirmation dans L'Identité Numérique La Poste → retour au navigateur.

Votre test final

Vous revenez sur le CPF après la confirmation dans l'application et pouvez poursuivre votre démarche.

FICHE EXPRESS / 2

Bloqué ? Prenez le bon raccourci.

Codes, erreurs et solutions de secours. Vos identifiants restent toujours privés.

1 « Une erreur est survenue »

Vérifiez d'abord l'e-mail du compte sur moncompte.laposte.fr, puis fermez et rouvrez l'application. Si l'erreur persiste, suivez la FAQ La Poste (mot de passe et informations du compte).

2 Code ou notification absent

Vérifiez l'adresse, les indésirables, le numéro et le réseau. Pour la notification, ouvrez directement l'application. Respectez le délai avant de demander un nouveau code.

3 Vidéo refusée

Document valide, entier et sans reflet ; visage éclairé et visible. Reprenez la vérification proposée ou passez en bureau de poste.

4 Code oublié ou téléphone changé

Utilisez la récupération officielle. Le code d'activation est distinct du code secret à 4 chiffres. Ne recréez pas des comptes en boucle.

5 Pas éligible à La Poste

France Identité doit être certifiée pour FranceConnect+. Si aucun des deux services ne vous est accessible, comptez généralement 48 à 72 h pour le parcours en ligne utilisé par Adopt'IA. Délai indicatif, variable selon votre dossier.

Contacts officiels

La Poste : formulaire d'aide · CPF : « Besoin d'aide »
Problème d'accès au CPF : [09 70 82 35 51](https://www.laposte.fr/moncompte/moncompte)

À GARDER POUR VOUS

Mots de passe, codes, pièce d'identité et numéro de sécurité sociale. Votre conseiller Adopt'IA peut vous orienter dans le guide ; vous effectuez vous-même la démarche.