

Les ateliers collectifs de l'EMRG

Pour des animations en présence et à distance,
disponibles toute l'année !

EMRG OCCITANIE DOM

1^{er} semestre 2026

LES ATELIERS COLLECTIFS de votre Espace Mobilité et Recrutement Groupe

Inscription aux ateliers avec l'accord du manager via



- Retrouvez plus de dates et de thématiques en distanciel (Teams) dans maformation

Pour y accéder, suivez ce lien <https://legroupelaposte.csod.com/>

puis tapez votre mot clé dans le champ de recherche (un lien Teams sera envoyé après votre inscription)

- Retrouvez l'ensemble des informations et actions pour accompagner votre projet sur :



<https://www.rh.laposte.fr/>

- La plateforme digitale des EMRG qui accompagne votre projet professionnel :



[CAP² : Comment Agir sur mon Projet Professionnel - Accueil](#)

Mise à jour le
DEC 2025

Les ateliers présentiels font l'objet d'un code BOFORM et peuvent être pris en charge au titre de la formation continue

1 CONNAITRE MON MARCHÉ DE L'EMPLOI

LE GROUPE LA POSTE, BRANCHES, FILIALES ET STRATEGIES (2H)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

31/01/2025 À 10H;

VISION DE L'EMPLOI, LES METIERS QUI RECRUTENT (2H)

- **REG – CLASSE VIRTUELLE INTERMÉDIAIRE 2H :**

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

LES DISPOSITIFS DE MOBILITE EXTERNE (1H)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

FONCTION PUBLIQUE (1H)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

ESS (1H)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

CRÉER SON ENTREPRISE (1H)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

2 IDENTIFIER MON PROJET PROFESSIONNEL

CONCRÉTISER SON PROJET PROFESSIONNEL EN 4 ETAPES (1H)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

IDENTIFIER VOS LEVIERS DE MOTIVATION (3H30)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

ÉLABORER SON PORTEFEUILLE DE COMPÉTENCES (3H30)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

IDENTIFIER VOS LEVIERS DE CHANGEMENT POUR ÉVOLUER

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

ELABORER MON PROJET PROFESSIONNEL EN GROUPE (21H)

- **REG - PRÉSENTIEL 3 JOURS :**

[Contacter votre conseiller pour vous inscrire](#)

[Classe ½ : 05/06 mars et 19 03](#)

[Classe 3 et 4 : 13/14 mars et 27/03](#)

3

APPROFONDIR MA VISION D'UNE FONCTION

APPROFONDIR SA VISION D'UN METIER (1H)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

DEVENIR CONSEILLER SERVICE RELATION CLIENTS (1H)

POUR VOUS INSCRIRE : [CLIC DROIT ET OUVRIR LE LIEN HYPERTEXTE.](#)

DEVENIR MEMBRE DE CODIR DE SECTEUR (3H30)

POUR VOUS INSCRIRE : [CLIC DROIT ET OUVRIR LE LIEN HYPERTEXTE.](#)

DEVENIR CHARGÉ DE CLIENTÈLE A LA BGP (2H)

POUR VOUS INSCRIRE : [CLIC DROIT ET OUVRIR LE LIEN HYPERTEXTE](#)

DEVENIR FACTEUR GUICHETIER (1H)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

DEVENIR ROP A LA BSCC (1H)

Pour vous inscrire : [Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

DEVELOPPER SA POSTURE COMMERCIALE EN TANT QUE CHARGE DE CLIENTELE EN BGP (2H)

POUR VOUS INSCRIRE : [CLIC DROIT ET OUVRIR LE LIEN HYPERTEXTE.](#)

4

PREPARER MA CANDIDATURE

REALISER UN CV PERCUTANT _ E-LEARNING

[Lien vers le e-learning](#)

RÉDIGER UNE LETTRE DE MOTIVATION EFFICACE _ E-LEARNING

[Lien vers le e-learning](#)

SE PRÉPARER À L'ENTRETIEN DE RECRUTEMENT

• LA THÉORIE _ E-LEARNING

[Lien vers le e-learning](#)

• LA PRATIQUE (2H) –

• [Pour vous inscrire : Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

MARKETING DE SOI : THÉORIE + TRAINING (3H30)

[Pour vous inscrire : Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

-

RECRUTEMENT : TOUT SAVOIR SUR LES PROCESSUS DE SÉLECTION (1H)

[Pour vous inscrire : Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

PROMOUVOIR SON PROJET À TRAVERS SON RÉSEAU _ E-LEARNING

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

TRAVAILLER SON PITCH (1H)

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

REBONDIR (7H)

- **REG – PRESENTIEL 7H : TOULOUSE 19 FEV ; 11 JUIN; 22 OCT**

- *[Pour vous inscrire](#) contacter votre conseiller*

RÉUSSIR MA PRISE DE POSTE

LES ESSENTIELS DE LA PRISE DE POSTE (1h)

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

PDI PLAN DE DÉVELOPPEMENT INDIVIDUEL

- REG – PRÉSENTIEL 3H30 :

[Pour vous inscrire : Clic droit et ouvrir le lien hypertexte.](#)

- REG – CLASSE VIRTUELLE 3H30 :

[Pour vous inscrire : Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

SE PREPARER AUX ORAUX DE PROMOTION – dans le cadre d'un dispositif de promotion – sur liste

SE PREPARER AUX ENTRETIENS D'ADMISSION

ATELIERS PROGRAMMÉS EN FONCTION DES CALENDRIERS ANNUELS D'OUVERTURE

EPREUVRE ORALE DE LA RPP GROUPE A.

- **La théorie (1h).** En E-learning
- **La pratique (2h30).** En Classe Virtuelle TEAMS.
Animé par un CEDP et en groupe de 5, pour s'entraîner et bénéficier du retour du collectif

GESTION DES OFFRES D'EMPLOI (2H00) – CLASSE VIRTUELLE

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

GESTION DES CANDIDATURES (2H00) – CLASSE VIRTUELLE

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

CONDUITE D'ENTRETIEN MEMBRES DE JURY

- **PRÉSENTIEL 4H**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

- **DISTANCIEL**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

CAPTER ET RECRUTER DES PROFILS DANS UN ENVIRONNEMENT COMPLEXE

- **THEORIE EN 3H30- PRESENTIEL**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

- **THEORIE EN 3H30- DISTANCIEL**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

- **TRAINING EN 3H30 _ PRESENTIEL**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

- **TRAINING EN 3H30 _ DISTANCIEL**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

- **THEORIE ET PRATIQUE EN 3H30_ PRESENTIEL**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

- **THEORIE ET PRATIQUE EN 3H30 _ DISTANCIEL**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

- **LES ESSENTIELS 1H30 - DISTANCIEL**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

- **LES ESSENTIELS 1H30 - PRESENTIEL**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

COMMENT QUALIFIER UN PROJET PROFESSIONNEL

- **REG – CLASSE VIRTUELLE 1H : 22/01/2024 À 15H /28/01/2025 A 11H**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

PDI - PLAN DE DÉVELOPPEMENT INDIVIDUEL – MANAGER (2H)

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

DETECTER LE POTENTIEL D'UN COLLABORATEUR

- **MODULE 1 (DISTANCIEL 3H30)**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

- **MODULE 2 (DISTANCIEL 3H30)**

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

ATELIER ONBOARDING - COMMENT GARANTIR L'INTEGRATION D'UN COLLABORATEUR DANS UN ENVIRONNEMENT EN CONSTANTE EVOLUTION ? - CLASSE VIRTUELLE (2H)

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)

LES ESSENTIELS DE LA MOBILITE EXTERNE _ E-LEARNING

[Clic droit et ouvrir le lien hypertexte](#)