

Quelles démarches dois-je faire quand je me retrouve au chômage ?

Mise à jour : Jeudi 13 juillet 2023

Région wallonne • Région de Bruxelles-Capitale • Région flamande

Avant d'aller plus loin

Seuls les ex-travailleurs salariés ont droit au chômage.

Les travailleurs indépendants n'y ont pas droit, sauf s'ils ont été travailleurs salariés avant d'être indépendants, à certaines conditions.

Les fonctionnaires ont des règles spécifiques. Renseignez-vous auprès du service du personnel.

Vous devez faire **3 démarches** importantes.

1. Vous devez introduire une **demande d'allocations de chômage** à la CAPAC ou à votre syndicat.

Si l'ONEM décide de vous accorder des allocations de chômage, il vous les paiera à partir de la date de votre demande. Il faut donc introduire votre demande rapidement.

Pour introduire votre demande, vous devez remplir un **formulaire** :

- un **C4** que vous a remis votre employeur parce que votre contrat de travail a pris fin (CDD arrivant à terme, licenciement, etc.) ;
ou
- un **C6** que vous a remis votre mutuelle si vous étiez inapte au travail ;
- un **C109** après une période d'inactivité ou d'activité en tant qu'indépendant.

Vous devez également, **dans tous les cas**, compléter un formulaire **C1**, dans lequel vous déclarez votre **situation personnelle et familiale** (les personnes avec lesquelles vous vivez, leurs revenus, etc.).

Les informations contenues dans ce formulaire ont des conséquences sur le montant de vos allocations (taux isolé ou cohabitant, etc.).

Si vous y indiquez de fausses informations, vous pourrez être sanctionné ou exclu du chômage.

2. Vous devez vous **inscrire comme demandeur d'emploi**.

Si vous habitez en...	Inscrivez-vous au...
Région wallonne	Forem (service public de l'emploi et de la formation professionnelle en Wallonie)
Région de Bruxelles-Capitale	Actiris (office régional bruxellois de l'emploi)
Région flamande	VDAB (Vlaamse Dienst voor Arbeidsbemiddeling en Beroepsopleiding)
Région germanophone	ADG (Arbeitsamt der Deutschsprachigen Gemeinschaft)

Vous pouvez le faire le même jour que votre demande d'allocations de chômage, ou plus tard dans les 8 jours qui suivent votre demande.

Vous pouvez vous inscrire :

- en ligne ;
- dans une maison de l'emploi ;
- auprès du Forem ou dans une antenne Actiris.

Pour plus d'informations, voyez le site du [Forem](#), ou d'[Actiris](#).

3. Vous devez compléter votre **carte de contrôle** (reçue lors de votre demande d'allocations) et la remettre à la CAPAC ou à votre syndicat à la fin de chaque mois.

Attention, il existe des règles particulières pour les enseignants.

Pour plus d'informations, voyez le site de [IONEM](#).

Pour plus d'informations vous pouvez consulter :

Les références légales

[Articles 132 à 138 bis de l'arrêté royal du 25 novembre 1991 portant réglementation du chômage.](#)

[Articles 87 à 96 de l'arrêté ministériel du 26 novembre 1991 portant les modalités d'application de la réglementation du chômage.](#)

Les documents types

[Brochure : Zoom sur le droit à l'assurance chômage - éditée par l'ONEM - édition 2022.](#)

