

翡翠台	Viu96	J2	高清翡翠台
06:00 香港早晨[粵] 及 交通消息[粵]		06:00 地球的慶典[粵/普] 07:00 牛島酒館[粵/韓]	06:00 宮離師[粵/英] 07:00 星級餐廳[粵/英]
07:40 香港早晨[粵] 及 交通消息[粵]			
08:10 香港早晨[粵] 08:55 瞬間看地球[粵] 及 尋土覓地 II[粵] 09:00 交易現場[粵] 09:45 超級勁歌推介[粵] 09:50 快樂長門人[粵]		09:00 無間音樂[粵]	08:00 樓計專家[粵] 及 無綫財經快訊[粵] 08:30 財經透視[粵/普] 09:00 智富360[粵] 及 開市速報[粵] 09:30 智富360[粵]
10:00 真情#715[粵] 10:30 幸福一家人#19[粵/普] 11:30 宣傳易[粵] 及 新聞提要[粵] 11:35 交易現場[粵] 11:45 衝線#20[粵]		10:00 凍冰冰去旅行[粵] 10:30 別有洞天[粵/普] 11:00 網紅的瘋狂世界#25[粵/普]	10:05 交易現場[粵] 10:10 智富360[粵] 10:25 財經消息[粵] 及 智富360[粵] 11:00 匯市焦點[粵] 11:15 異動狙擊[粵] 11:25 財經消息[粵] 11:30 智富360[粵] 11:58 尋土覓地 II[粵]
12:40 宣傳易[粵] 12:45 交易現場[粵] 12:55 尋土覓地 II[粵] 13:00 午間新聞[粵] 13:15 瞬間看地球[粵] 13:20 流行都市[粵]		12:00 小滋女孩[粵/普] 及 尋土覓地 II[粵] 12:30 雙祥見[粵] 13:00 Mean Talk[粵][PG]	12:00 收市大檢閱[粵] 12:30 新聞淘寶[粵] 13:00 潮聖博物館[粵/英]
14:40 宣傳易[粵] 14:45 特技人#5[粵][PG] 15:45 靈裝戰士[粵/日]		14:00 Mean Talk[粵][PG] 15:00 萬能家政夫#1[粵/日]	14:00 海岸生態遊[粵/英] 15:00 美味頂峰[粵/英] 15:30 美味頂峰[粵/英]
16:15 櫻桃小丸子[粵/日] 16:50 Hands Up[粵] 17:20 多啦A夢[粵] 17:50 財經新聞[粵]		16:00 萬能家政夫#2[粵/日] 17:00 萬能家政夫#3[粵/日]	16:00 我的麻煩寵物[粵/英] 16:30 我的麻煩寵物[粵/英] 17:00 星級餐廳[粵/英]
18:00 璀璨薪火[粵/普] 及 新聞檔案[粵] 18:30 六點半新聞報道[粵] 19:20 世界觀[粵] 19:25 天氣報告[粵] 及 尋土覓地 II[粵] 19:30 東張西望[粵] 及 冬奧日記[粵]		18:10 地球的慶典[粵/普] 及 尋土覓地 II[粵] 19:05 網紅的瘋狂世界#26[粵/普]	18:00 品牌陷阱[粵] 及 思家大騙[粵] 18:30 島嶼情懷III[粵/英] 19:28 尋土覓地 II[粵] 19:30 樓市點睇[粵]
20:00 愛．回家之開心速遞#1494[粵] 20:30 青春不要臉#11[粵][PG] 21:30 鐵拳英雄#16[粵][PG]		20:00 娛樂新聞報道 20:30 世界第一等[粵/普] 21:30 雙祥見[粵]	20:00 2022 壬寅年 中央廣播電視總台 春節聯歡晚會[普]
22:30 虎躍騰飛迎新歲[粵] 及 環球新聞檔案[粵] 23:15 晚間新聞[粵] 23:40 天氣報告[粵] 23:45 虎躍騰飛迎新歲[粵]		22:00 世界轉運攻略[粵] 22:30 虎躍騰飛迎新歲[粵] 及 尋土覓地 II[粵]	
00:30 超時空男臣#18[粵][PG] 01:30 超時空男臣#19[粵][PG]		00:30 各位觀眾4條傾[粵] 01:30 J2ers: 係你喇, 上嚟啦![粵][PG]	00:30 尋土覓地 II[粵] 01:05 樓市點睇[粵] 01:30 無綫財經快訊[粵] 01:35 我的麻煩寵物[粵/英]
02:30 超時空男臣#20[粵][PG] 03:25 流行都市[粵]		02:30 韓舍宿一宵[粵/韓]	02:00 我的麻煩寵物[粵/英] 02:30 無綫財經快訊[粵] 02:35 品牌陷阱[粵] 03:00 爺孫要做Friend[粵/韓] 03:30 無綫財經快訊[粵] 03:35 海岸生態遊[粵/英]

翡翠台	Viu96	J2	高清翡翠台
06:00 香港早晨[粵] 及 環球新聞檔案[粵] 07:45 香港早晨[粵]		06:00 地球的慶典[粵/普] 07:00 媽寶闖蕩歐洲行[粵/韓]	06:00 樓市點睇[粵] 06:30 爺孫要做Friend[粵/韓] 07:00 大城小廚之超級食物[粵/英] 07:58 逆地宜處[粵]
08:55 瞬間看地球[粵] 及 尋土覓地 II[粵] 09:00 快樂長門人[粵] 09:10 萬千星輝賀台慶[粵]		08:00 緬甸奇幻旅程[粵] 08:30 緬甸奇幻旅程[粵] 09:00 雙祥見[粵] 09:30 世界轉運攻略[粵]	08:00 品牌陷阱[粵] 08:30 樓市點睇[粵] 09:00 野性冰島[粵/英]
11:50 恭喜發財好運來[粵]		10:00 網紅的瘋狂世界#26[粵/普] 11:00 寵物大本營[粵/日] 及 尋土覓地 II[粵]	10:00 美食中國[粵/英] 10:30 美食中國[粵/英] 10:58 逆地宜處[粵] 11:00 鯨魚有腳的年代[粵/英] 11:58 尋土覓地 II[粵]
12:50 尋土覓地 II[粵] 13:00 午間新聞[粵] 13:15 瞬間看地球[粵] 13:20 流行都市[粵]		13:00 Mean Talk[粵][PG]	12:00 樓市點睇[粵] 12:30 新青年[粵] 12:57 逆地宜處[粵] 13:00 瞬間看地球[粵]
14:40 宣傳易[粵] 14:45 鼎爺做節攻略[粵] 15:15 懿想得到[粵][PG] 15:45 靈裝戰士[粵/日]		14:00 Mean Talk[粵][PG] 及 思家大騙[粵] 15:00 萬能家政夫#4[粵/日]	14:00 海岸生態遊[粵/英] 15:00 美味頂峰[粵/英] 15:30 美味頂峰[粵/英]
16:15 櫻桃小丸子[粵/日] 16:50 Hands Up[粵] 17:20 新乞嗤大魔王[粵/日] 17:50 財經新聞[粵]		16:00 萬能家政夫#5[粵/日] 17:00 萬能家政夫#6[粵/日]	16:00 家源[粵/英] 17:00 大城小廚之超級食物[粵/英]
18:00 璀璨薪火[粵/普] 及 新聞檔案[粵] 18:30 六點半新聞報道[粵] 19:20 世界觀[粵] 19:25 天氣報告[粵] 及 尋土覓地 II[粵] 19:30 東張西望[粵] 及 冬奧日記[粵]		18:10 地球的慶典[粵/普] 及 尋土覓地 II[粵] 19:05 網紅的瘋狂世界#27[粵/普]	18:00 品牌陷阱[粵] 18:28 逆地宜處[粵] 18:30 踏破鐵鞋無地圖[粵/英] 19:28 尋土覓地 II[粵] 19:30 大地之源[粵/英]
20:00 愛．回家之開心速遞#1495[粵] 20:30 金虎獻瑞耀保良[粵] 及 環球新聞檔案[粵]		20:00 娛樂新聞報道 20:30 世界轉運攻略[粵] 21:00 聲夢傳奇[粵]	20:25 逆地宜處[粵] 20:30 無耆不有[粵/普] 21:00 日日有樓睇[粵] 21:30 家居．築則[粵/普]
22:00 晚間新聞[粵] 22:15 天氣報告[粵] 22:20 72家租客[粵][PG]			22:00 十點無綫財經[粵] 22:30 品牌陷阱[粵] 22:58 逆地宜處[粵] 23:00 璀璨薪火[粵/普] 23:28 尋土覓地 II[粵] 23:30 無耆不有[粵/普]
00:30 超時空男臣#21[粵][PG] 01:30 超時空男臣#22[粵][PG]		00:30 尋土覓地 II[粵] 00:35 早着先機[粵][馬會]	00:00 忘不了餐廳[粵/普] 00:30 無綫財經快訊[粵] 00:35 日日有樓睇[粵] 01:05 家居．築則[粵/普] 01:30 無綫財經快訊[粵] 01:35 十點無綫財經[粵]
02:30 超時空男臣#23[粵][PG] 03:25 流行都市[粵]		02:00 安樂蝸[粵] 02:30 韓舍宿一宵[粵/韓]	02:00 品牌陷阱[粵] 02:30 無綫財經快訊[粵] 02:35 無耆不有[粵/普] 03:00 忘不了餐廳[粵/普] 03:30 無綫財經快訊[粵] 03:35 大地之源[粵/英]

翡翠台	Viu96	J2	高清翡翠台
06:00 香港早晨[粵] 及 環球新聞檔案[粵]		06:00 地球的慶典[粵/普]	06:00 大自然的日常[粵/英]
07:45 香港早晨[粵]		07:00 小滋女孩[粵/普]	06:30 忘不了餐廳[粵/普]
08:55 瞬間看地球[粵] 及 尋土覓地 II[粵]		07:30 RUNNING MAN[韓]	07:00 邊走邊吃[粵/法]
09:00 超級勁歌推介[粵]		09:20 台灣潮點圖鑑[粵/普]	08:00 日日有樓睇[粵]
09:05 快樂長門人[粵]		09:25 台灣潮點圖鑑[粵]	08:30 家居·築則[粵/普]
09:15 道地陳皮[粵/普]		09:30 世界轉運攻略[粵]	09:00 海洋大寶藏[粵/英]
09:45 萬千星輝頒獎典禮2021[粵]			
		10:00 網紅的瘋狂世界#27[粵/普]	10:00 美食中國[粵/英]
		11:00 寵物大本營[粵/日] 及 尋土覓地 II[粵]	10:30 美食中國[粵/英]
			11:00 鯨魚有腳的年代[粵/英]
12:50 尋土覓地 II[粵]		13:00 Mean Talk[粵][PG]	11:58 尋土覓地 II[粵]
13:00 午間新聞[粵]			12:00 無耆不有[粵/普]
13:15 瞬間看地球[粵]			12:30 新青年[粵]
13:20 流行都市[粵]			13:00 鑄書師[粵/英]
14:40 宣傳易[粵]		14:00 Mean Talk[粵][PG] 及 思家大騙[粵]	14:00 巨匠[粵/英]
14:45 鼎爺做節攻略[粵]		15:00 萬能家政夫#7[粵/日]	15:00 各國有「建」地[粵]
15:15 謔想得到[粵]			
15:45 靈裝戰士[粵/日]		16:00 萬能家政夫#8[粵/日]	16:00 家源[粵/英]
16:15 櫻桃小丸子[粵/日]		17:00 萬能家政夫#9[粵/日]	17:00 邊走邊吃[粵/法]
16:50 Hands Up[粵]			
17:20 新乞嗤大魔王[粵/日]			
17:50 財經新聞[粵]			
18:00 楹聯裡的中國[粵] 及 新聞檔案[粵]		18:10 地球的慶典[粵/普] 及 尋土覓地 II[粵]	18:00 大自然的日常[粵/英]
18:30 六點半新聞報道[粵]		19:05 網紅的瘋狂世界#28[粵/普]	18:30 縱橫河道英倫遊[粵/英]
19:20 世界觀[粵]			19:28 尋土覓地 II[粵]
19:25 天氣報告[粵] 及 尋土覓地 II[粵]			19:30 汪汪育嬰室[粵/英]
19:30 東張西望[粵] 及 冬奧日記[粵]			
20:00 愛·回家之開心速遞#1496[粵]		20:00 娛樂新聞報道	20:30 新聞掏寶[粵]
20:30 青春不要臉#12[粵]		20:30 節慶風味[粵/普]	21:00 日日有樓睇[粵]
21:30 鐵拳英雄#17[粵][PG]		21:30 雙祥見[粵]	21:30 創科導航[粵/普]
22:30 新春開運王[粵] 及 環球新聞檔案[粵]		22:00 嚟咕嚟咕新年財[粵][PG]	22:00 十點無綫財經[粵]
23:15 晚間新聞[粵]			22:30 大自然的日常[粵/英]
23:45 新聞檔案[粵]			22:55 思家大騙[粵]
23:50 天氣報告[粵]			23:00 楹聯裡的中國[粵]
23:55 娛樂頭條[粵]			23:28 尋土覓地 II[粵]
00:05 超時空男臣#24[粵][PG]		00:00 新春吃貨攻略[粵/普]	23:30 新聞掏寶[粵]
01:05 超時空男臣#25[粵][PG]		00:30 尋土覓地 II[粵]	00:00 #銀髮KOL[粵/英]
		00:35 聽日有馬跑[粵][馬會]	00:30 無綫財經快訊[粵]
		01:25 韓舍宿一宵[粵/韓]	00:35 日日有樓睇[粵]
			01:05 創科導航[粵/普]
02:05 超時空男臣#26[粵][PG]		03:25 韓舍宿一宵[粵/韓]	01:30 無綫財經快訊[粵]
03:00 流行都市[粵]			01:35 十點無綫財經[粵]
			02:00 大自然的日常[粵/英]
			02:30 無綫財經快訊[粵/英]
			02:35 新聞掏寶[粵]
			03:00 #銀髮KOL[粵/英]
			03:30 無綫財經快訊[粵]
			03:35 汪汪育嬰室[粵/英]

翡翠台	Viu96	J2	高清翡翠台
06:00 香港早晨[粵] 及 環球新聞檔案[粵] 07:45 香港早晨[粵]		06:00 北海道海之幸[粵/日] 06:30 北海道海之幸[粵/日] 07:00 高校供餐王[粵/韓]	06:00 家居·築則[粵/普] 06:30 #銀髮KOL[粵/英] 07:00 味道-記憶中的年味[粵] 07:58 逆地宜處[粵]
08:55 瞬間看地球[粵] 及 尋土覓地 II[粵] 09:00 快樂長門人[粵] 09:10 道地陳皮[粵/普] 09:40 識玩旅行團[粵]		08:00 高校供餐王[粵/韓] 09:05 小明星大跟班[普]	08:00 日日有樓梯[粵] 08:30 創科導航[粵/普] 09:00 企鵝郵局[粵/英]
10:10 識玩旅行團[粵] 10:40 2021香港小姐競選[粵]		10:00 網紅的瘋狂世界#28[粵/普] 10:55 雙祥見[粵] 11:25 安樂蝸[粵] 11:55 尋土覓地 II[粵]	10:00 美食中國[粵/英] 10:30 美食中國[粵/英] 10:58 逆地宜處[粵] 11:00 文明之源[粵/英] 11:58 尋土覓地 II[粵]
12:50 尋土覓地 II[粵] 13:00 午間新聞[粵] 13:15 瞬間看地球[粵] 13:20 流行都市[粵]		12:00 賽馬直擊[粵/英][馬會] 及 尋土覓地 II[粵] 及 思家大騙[粵]	12:00 致富經[粵] 12:30 新青年[粵] 13:00 書藝名家[粵/英] 13:28 逆地宜處[粵]
14:40 宣傳易[粵] 14:45 鼎爺做節攻略[粵] 15:15 懿想得到[粵] 15:45 靈裝戰士[粵/日]			14:00 巨匠[粵/英] 15:00 各國有「建」地[粵]
16:15 櫻桃小丸子[粵/日] 16:50 Hands Up[粵] 17:20 屁屁偵探[粵/日] 17:50 財經新聞[粵]			16:00 家源[粵/英] 17:00 味道-記憶中的年味[粵]
18:00 楹聯裡的中國[粵] 及 新聞檔案[粵] 18:30 六點半新聞報道[粵] 19:20 世界觀[粵] 19:25 天氣報告[粵] 及 尋土覓地 II[粵] 19:30 東張西望[粵] 及 冬奧日記[粵]		18:05 網紅的瘋狂世界#29[粵/普] 19:05 網紅的瘋狂世界#30[粵/普]	18:00 大自然的日常[粵/英] 18:28 逆地宜處[粵] 18:30 航拍中國 第二季[粵] 19:28 尋土覓地 III[粵] 19:30 穹蒼下的地球[粵/英]
20:00 愛·回家之開心速遞#1497[粵] 20:30 青春不要臉#13[粵][PG] 21:30 鐵拳英雄#18[粵][PG]		20:00 娛樂新聞報道 20:30 來去CHECK IN II[粵/普] 21:30 一日打工仔[粵]	20:25 逆地宜處[粵] 20:30 大灣區解碼[粵/普] 21:00 日日有樓梯[粵] 21:30 有錢淘[粵]
22:30 冬奧潮什麼[粵] 及 環球新聞檔案[粵] 23:15 晚間新聞[粵] 23:45 新聞檔案[粵] 23:50 天氣報告[粵] 23:55 娛樂頭條[粵]		22:00 行運超人[粵][PG] 及 尋土覓地 II[粵]	22:00 十點無綫財經[粵] 22:30 大自然的日常[粵/英] 22:58 逆地宜處[粵] 23:00 楹聯裡的中國[粵] 23:28 尋土覓地 II[粵] 23:30 大灣區解碼[粵/普]
00:05 超時空男臣#27[粵][PG] 01:05 超時空男臣#28[粵][PG]		00:05 Mtube:鬼滅之刃 遊郭篇[粵/日][PG] 00:35 賽後你點睇[粵][馬會] 01:30 韓舍宿一宵[粵/韓]	00:00 湖畔華庭[粵/英] 00:30 無綫財經快訊[粵] 00:35 日日有樓梯[粵] 01:05 有錢淘[粵] 01:30 無綫財經快訊[粵] 01:35 十點無綫財經[粵]
02:05 超時空男臣#29[粵][PG] 03:00 流行都市[粵]		03:30 韓舍宿一宵[粵/韓]	02:00 大自然的日常[粵/英] 02:30 無綫財經快訊[粵] 02:35 大灣區解碼[粵/普] 03:00 湖畔華庭[粵/英] 03:30 無綫財經快訊[粵] 03:35 穹蒼下的地球[粵/英]

翡翠台	Viu96	J2	高清翡翠台
06:00 香港早晨[粵] 及 交通消息[粵]		06:00 北海道海之幸[粵/日]	06:00 創科導航[粵/普]
07:40 環球新聞檔案[粵]		06:30 北海道海之幸[粵/日]	06:30 湖畔華庭[粵/英]
07:45 香港早晨[粵] 及 交通消息[粵]		07:00 叢林的法則[粵/韓]	07:00 Rick Stein地中海風味遊[粵/英]
08:10 香港早晨[粵]		08:05 幫緊你醫緊你[粵/日]	08:00 日日有樓梯[粵] 及 無綫財經快訊[粵]
08:55 瞬間看地球[粵] 及 尋土覓地 II[粵]		09:00 來去CHECK IN II[粵/普]	08:30 大灣區解碼[粵/普]
09:00 交易現場[粵]			09:00 智富360[粵] 及 開市速報[粵]
09:45 超級勁歌推介[粵]			09:30 智富360[粵]
09:50 快樂長門人[粵]			
10:00 薛家燕愛你無限60年演唱會[粵]		10:00 網紅的瘋狂世界#29[粵/普]	10:05 交易現場[粵]
		11:00 網紅的瘋狂世界#30[粵/普]	10:10 智富360[粵]
			10:25 財經消息[粵] 及 智富360[粵]
			11:00 匯市焦點[粵]
			11:15 異動狙擊[粵]
			11:25 財經消息[粵]
			11:30 智富360[粵]
12:30 味道 - 粵菜[粵/普]		12:00 小滋女孩[粵/普] 及 尋土覓地 II[粵]	12:00 早市戰報[粵]
12:35 宣傳易[粵]		12:30 一日打工仔[粵]	12:13 尋土覓地 II[粵]
12:45 交易現場[粵]		13:00 西遊記之大聖歸來[粵][PG]	12:15 有錢淘[粵]
12:55 尋土覓地 II[粵]			12:45 午市進擊[粵] 及 開市速報[粵]
13:00 午間新聞[粵]			13:00 智富360[粵]
13:15 瞬間看地球[粵]			13:30 財經消息[粵]
13:20 流行都市[粵]			13:35 交易現場[粵]
			13:45 智富360[粵]
14:35 宣傳易[粵]		15:00 勁爆狗仔隊#5[粵/韓]	14:05 匯市焦點[粵]
14:40 交易現場[粵]			14:30 財經消息[粵]
14:45 鼎爺做節攻略[粵]			14:35 智富360[粵]
15:15 懿想得到[粵]			15:10 交易現場[粵]
15:45 靈裝戰士[粵/日] 及 交易現場[粵]			15:20 樓市速遞[粵]
			15:30 財經消息[粵]
			15:35 異動狙擊[粵]
			15:45 智富360[粵]
16:15 櫻桃小丸子[粵/日]		16:00 超級勁歌推介[粵]	16:00 收市大檢閱[粵]
16:50 Hands Up[粵]		16:05 叢林的法則[粵/韓]	17:00 Rick Stein地中海風味遊[粵/英]
17:20 屁屁偵探[粵/日]		17:10 幫緊你醫緊你[粵/日] 及 尋土覓地 II[粵]	
17:50 財經新聞[粵]			
18:00 楹聯裡的中國[粵] 及 新聞檔案[粵]		18:05 網紅的瘋狂世界#31[粵/普]	18:00 無綫財經新聞[粵]
18:30 六點半新聞報道[粵]		19:05 網紅的瘋狂世界#32[粵/普]	18:15 樓市速遞[粵]
19:20 世界觀[粵]		19:55 2022北京冬季奧運會開幕典禮[直播][粵/英]	18:30 秘境不思溢4[粵]
19:25 天氣報告[粵] 及 尋土覓地 II[粵]			19:28 尋土覓地 II[粵]
19:30 東張西望[粵]			19:30 動物BB[粵/英] 及 無綫財經快訊[粵]
19:55 2022北京冬季奧運會開幕典禮[直播][粵/英]			
			20:30 財經演義[普]
			21:00 日日有樓梯[粵]
			21:30 致富經[粵] 及 無綫財經快訊[粵]
22:15 新春開運王[粵]		22:15 雙祥見[粵]	22:00 十點無綫財經[粵]
22:45 冬奧潮什麼[粵] 及 環球新聞檔案[粵]		22:45 一日打工仔[粵]	22:55 思家大騙[粵]
23:15 晚間新聞[粵]		23:10 冇人性教育[粵][M] 及 尋土覓地 II[粵]	23:00 楹聯裡的中國[粵]
23:45 新聞檔案[粵]		23:40 Mtube:只因我們天生一對#7[粵][PG]	23:28 尋土覓地 II[粵]
23:50 天氣報告[粵]			23:30 財經演義[普]
00:10 娛樂頭條[粵]		00:35 早着先機[粵][馬會]	00:00 悠長假「耆」V[粵/普]
00:15 超時空男臣#30[粵][PG]			00:30 無綫財經快訊[粵]
01:10 超時空男臣#31[粵][PG]			00:35 日日有樓梯[粵]
			01:05 致富經[粵]
			01:30 無綫財經快訊[粵]
			01:35 十點無綫財經[粵]
02:05 超時空男臣#32[粵][PG]		02:05 韓舍宿一宵[粵/韓]	02:30 無綫財經快訊[粵]
03:00 流行都市[粵]			02:35 財經演義[普]
			03:00 悠長假「耆」V[粵/普]
			03:30 無綫財經快訊[粵]
			03:35 動物BB[粵/英]

翡翠台	Viu96	J2	高清翡翠台
06:00 香港早晨[粵] 及 環球新聞 檔案[粵] 07:45 香港早晨[粵]		06:00 北海道海之幸[粵/ 日] 06:30 小滋女孩[粵/普] 07:00 安樂蝸[粵] 07:30 牛島酒館[粵/韓]	06:00 新聞掏寶[粵] 06:30 智富錦囊[粵] 06:45 財經焦點[粵] 07:00 邊走邊吃[粵/法]
08:55 瞬間看地球[粵] 09:00 快樂長門人[粵] 09:10 無耆不有[粵/普] 09:40 代代接班人[粵]		09:30 一日打工仔[粵]	08:00 日日有樓梯[粵] 08:30 農村的遠見[粵] 09:30 樓計專家[粵]
10:15 小火車迪迪寶[粵/韓] 10:30 小火車迪迪寶[粵/韓] 10:45 超速變形[粵/日] 11:15 寶石寵物VII[粵/日] 11:50 宣傳易[粵]		10:00 2022北京冬季奧運 會 早上直擊[直播][粵/ 英]	10:00 家居·築則[粵/普] 10:30 致富經[粵] 11:00 唐櫃：千年之承傳[粵/日]
12:00 日系款待是咁的[粵/英] 12:30 周末集結[粵] 13:00 午間新聞[粵] 13:10 瞬間看地球[粵] 13:15 李居明玄學系列之大運同 行[粵]		13:00 媽寶闖蕩歐洲行[粵/韓]	12:00 遊藝園[粵/英] 13:00 大灣區解碼[粵/普] 13:30 財經演義[普]
		14:00 高校供餐王[粵/韓] 15:00 高校供餐王[粵/韓]	14:00 無耆不有[粵/普] 14:30 星級餐廳[粵/英] 15:30 感動藝術[粵]
16:30 Hands Up[粵] 17:00 新幹線戰士Z[粵/日] 17:30 櫻桃小丸子[粵/日]		16:00 RUNNING MAN[韓] 17:35 一日打工仔[粵]	16:30 悠长假「耆」V[粵/普] 17:00 體育新世界[粵] 17:30 樓計專家[粵]
18:00 「十四五」規劃新遠景[粵] 18:30 六點半新聞報道[粵] 18:55 天氣報告[粵] 19:00 新聞透視[粵/普] 19:30 東張西望[粵]		18:00 勁歌金曲J2版[粵] 19:00 2022北京冬季奧運 會 黃金直擊[直播][粵/ 英]	18:00 食不厭精[粵] 18:30 縱橫河道英倫遊[粵/英] 19:30 島嶼情懷III[粵/英]
20:00 愛·回家之開心速遞#1498[粵] 20:30 青春不要臉#14[粵][PG]		21:30 六合彩[粵][馬會] 21:35 2022北京冬季奧運 會 黃金直擊[直播][粵/ 英]	20:30 新聞掏寶[粵] 21:00 樓市點睇[粵] 21:30 創科導航[粵/普]
22:30 馬時亨名人堂[粵] 及 冬奧 速遞[粵] 23:00 勁歌金曲[粵] 23:15 晚間新聞[粵] 23:30 天氣報告[粵] 23:35 2022北京冬季奧運會 每日 焦點[粵]		22:00 因為是朋友呀[普][PG] 23:30 女醫神Doctor X 7#5[粵/日][PG]	22:00 唐櫃：千年之承傳[粵/日] 23:00 抗美援朝保家衛國[粵] 23:30 港生活·港享受[粵]
00:35 宣傳易[粵] 00:40 畢打自己人#112[粵] 01:05 畢打自己人#113[粵] 01:35 宣傳易[粵] 01:45 東張西望[粵]		00:30 超級勁歌推介[粵] 00:35 聽日有馬跑[粵][馬 會] 01:25 韓舍宿一宵[粵/韓]	00:00 體育新世界[粵] 00:30 島嶼情懷III[粵/英] 01:30 樓市點睇[粵/普]
02:10 一千零一夜#18[粵/普] 03:10 華麗明星賽[粵]		03:25 韓舍宿一宵[粵/韓]	02:00 感動藝術[粵] 03:00 穹蒼下的地球[粵/英]

翡翠台	Viu96	J2	高清翡翠台
06:00 五覺大戰[粵][PG] 07:00 閩密教煮[粵]		06:00 小滋女孩[粵/普] 06:30 小滋女孩[粵/普] 07:00 背遊摩洛哥[粵] 07:30 小明星大跟班[普]	06:00 農村的遠見[粵] 07:00 舞動文化[粵]
08:00 這個聖誕不怕冷[粵] 08:30 這個聖誕不怕冷[粵] 09:00 藝文誌[粵] 09:30 魔進戰隊[粵/日]		08:30 媽寶闖蕩歐洲行[粵/韓] 09:30 治癒系旅行[英/粵]	08:00 魯友古道遊[粵/英] 08:30 迷你小寶貝[粵/英] 09:00 迷你小寶貝[粵/英] 09:28 健康有因[粵] 09:30 新聞掏寶[粵]
10:00 喵星人看世界[粵/韓] 10:15 喵星人看世界[粵/韓] 10:30 問問Master Joe[粵] 11:00 講清講楚[粵] 11:30 X偏方 全民拆解[粵] 11:55 宣傳易[粵]		10:00 2022北京冬季奧運會 早上直擊[直播][粵]	10:00 港生活．港享受[粵] 10:30 體育新世界[粵] 11:00 奇趣工場[粵/英]
12:00 街市遊樂園 - 雙馬篇[粵] 12:30 街市遊樂園 - 雙馬篇[粵] 13:00 午間新聞[粵] 13:10 瞬間看地球[粵] 13:20 李居明玄學系列之致富者聯盟[粵]		12:30 賽馬直擊[粵/英][馬會]	12:00 星級餐廳[粵/英] 12:58 健康有因[粵] 13:00 2022北京冬季奧運會直擊[粵]
15:30 福虎生威花車巡遊匯演[粵]			
16:30 Hands Up[粵] 17:00 多啦A夢[粵] 17:30 櫻桃小丸子[粵/日]			
18:00 美食中國[粵/英] 18:30 六點半新聞報道[粵] 18:55 天氣報告[粵] 19:00 星期日檔案[粵/普] 19:30 東張西望[粵]		18:00 就是愛美麗[粵/普] 18:30 我們的音樂時代[粵] 19:00 2022北京冬季奧運會 黃金直擊[直播][粵]	18:30 講清講楚[粵] 19:00 大灣區解碼[粵/普] 19:30 穹蒼下的地球[粵/英]
20:00 愛．回家之開心速遞#1499[粵] 20:30 青春本我#9[粵] 21:30 思家大戰[粵][PG]			20:28 健康有因[粵] 20:30 家居．築則[粵/普] 21:00 「十四五」規劃新遠景[粵] 21:30 樓計專家[粵]
22:00 思家大騙[粵] 22:05 男神煮場爭霸戰[粵] 及 冬奧速遞[粵] 23:00 勁歌金曲[粵] 23:15 晚間新聞[粵] 及 天氣報告[粵] 23:30 財經透視[粵/普]		22:00 幫緊你醫緊你[粵/日] 23:00 龍櫻2#7[粵/日]	22:00 忘不了餐廳[粵/普] 22:30 創科導航[粵/普] 23:00 抗美援朝保家衛國[粵] 23:30 星期日檔案[粵/普]
00:00 2022北京冬季奧運會 每日焦點[粵] 01:00 宣傳易[粵] 01:05 畢打自己人#114[粵] 01:35 宣傳易[粵] 01:45 東張西望[粵]		00:00 治癒系旅行[英/粵] 00:35 賽後你點睇[粵][馬會] 01:30 FAIRY TAIL魔導少年 VI[粵/日][M]	00:00 迷你小寶貝[粵/英] 00:30 迷你小寶貝[粵/英] 01:00 忘不了餐廳[粵/普] 01:30 有錢淘[粵]
02:15 一千零一夜#19[粵/普] 03:15 華麗明星賽[粵]		02:00 FAIRY TAIL魔導少年 VI[粵/日][M] 02:30 因為是朋友呀[普]	02:00 奇趣工場[粵/英] 03:00 從長安到羅馬 第二季[粵]