

星期一 MON		星期二 TUE		星期三 WED
0700-0730 文化長河鐵道行 HKBN 公共資訊台 201	2100-2125 地厚天高 HKBN 公共資訊台 201	0700-0730 地厚天高 HKBN 公共資訊台 201	2300-2325 好想藝術 有線直播新聞台 10	0700-0730 好想藝術 HKBN 公共資訊台 201
0730-0800 鏗鏘集 HKBN 公共資訊台 201	2125-2130 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201	0800-0830 地厚天高 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2325-2330 見面·見香港 有線直播新聞台 10	0800-0830 好想藝術 無線收費頻道 新聞 2 台 06
0800-0830 鏗鏘集 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2200-2230 地厚天高 無線收費頻道 新聞 2 台 06	1000-1030 地厚天高 HKBN 公共資訊台 201	2400-2425 好想藝術 HKBN 公共資訊台 201	1000-1030 好想藝術 HKBN 公共資訊台 201
1000-1030 文化長河鐵道行 HKBN 公共資訊台 201	2300-2325 地厚天高 有線直播新聞台 10	1320-1325 左右紅藍綠 無線電視翡翠台 81	2425-2430 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201	1030-1100 The Works HKBN 公共資訊台 201
1030-1100 鏗鏘集 HKBN 公共資訊台 201	2325-2330 見面·見香港 有線直播新聞台 10	1330-1400 地厚天高 HKBN 公共資訊台 201	2500-2530 好想藝術 有線直播新聞台 10	1320-1325 左右紅藍綠 無線電視翡翠台 81
1320-1325 左右紅藍綠 無線電視翡翠台 81	2400-2425 地厚天高 HKBN 公共資訊台 201	1330-1400 地厚天高 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2700-2730 好想藝術 有線直播新聞台 10	1330-1400 好想藝術 無線收費頻道 新聞 2 台 06
1330-1400 鏗鏘集 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2425-2430 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201	1500-1505 左右紅藍綠 亞洲電視本港台 11		1330-1400 好想藝術 HKBN 公共資訊台 201
1330-1400 文化長河鐵道行 HKBN 公共資訊台 201	2500-2530 地厚天高 有線直播新聞台 10	1700-1730 地厚天高 HKBN 公共資訊台 201		1400-1430 The Works HKBN 公共資訊台 201
1400-1430 鏗鏘集 HKBN 公共資訊台 201	2700-2730 地厚天高 有線直播新聞台 10	1725-1730 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201		1500-1505 左右紅藍綠 亞洲電視本港台 11
1500-1505 左右紅藍綠 亞洲電視本港台 11		1900-1930 地厚天高 HKBN 公共資訊台 201		1700-1730 好想藝術 HKBN 公共資訊台 201
1600-1700 上網問功課 HKBN 公共資訊台 201		1900-1930 好想藝術 亞洲電視本港台 11		1725-1730 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201
1700-1730 總有出頭天 HKBN 公共資訊台 201		1900-1930 The Works TVB Pearl 84		1730-1800 The Works HKBN 公共資訊台 201
1725-1730 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201		2100-2125 好想藝術 HKBN 公共資訊台 201		1855-1925 Hong Kong Stories ATV World 16
1730-1800 鏗鏘集 HKBN 公共資訊台 201		2125-2130 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201		1900-1930 品味人生 III 亞洲電視本港台 11
1900-1930 地厚天高 亞洲電視本港台 11		2200-2230 好想藝術 無線收費頻道 新聞 2 台 06		1900-1930 好想藝術 HKBN 公共資訊台 201

星期三 WED	星期四 THU		星期五 FRI	
2100-2125 品味人生 III HKBN 公共資訊台 201	0700-0730 品味人生 III HKBN 公共資訊台 201	2200-2230 議事論事 無線收費頻道 新聞 2 台 06	0700-0730 議事論事 HKBN 公共資訊台 201	2200-2230 警訊 無線收費頻道 新聞 2 台 06
2125-2130 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201	0800-0830 總有出頭天 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2300-2325 議事論事 有線直播新聞台 10	0800-0830 議事論事 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2300-2325 警訊 有線直播新聞台 10
2200-2230 總有出頭天 無線收費頻道 新聞 2 台 06	1000-1030 品味人生 III HKBN 公共資訊台 201	2325-2330 見面·見香港 有線直播新聞台 10	1000-1030 議事論事 HKBN 公共資訊台 201	2325-2330 見面·見香港 有線直播新聞台 10
2300-2325 總有出頭天 有線直播新聞台 10	1030-1100 Hong Kong Stories HKBN 公共資訊台 201	2400-2425 議事論事 HKBN 公共資訊台 201	1030-1100 The Project Live Healthy HKBN 公共資訊台 201	2400-2425 警訊 HKBN 公共資訊台 201
2325-2330 見面·見香港 有線直播新聞台 10	1320-1325 左右紅藍綠 無線電視翡翠台 81	2425-2430 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201	1320-1325 左右紅藍綠 無線電視翡翠台 81	2425-2430 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201
2400-2425 品味人生 III HKBN 公共資訊台 201	1330-1400 總有出頭天 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2430-2500 The Project Live Healthy HKBN 公共資訊台 201	1330-1400 議事論事 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2430-2500 The Pulse HKBN 公共資訊台 201
2425-2430 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201	1330-1400 品味人生 III HKBN 公共資訊台 201	2500-2530 議事論事 有線直播新聞台 10	1330-1400 議事論事 HKBN 公共資訊台 201	2500-2530 警訊 有線直播新聞台 10
2430-2500 Hong Kong Stories HKBN 公共資訊台 201	1400-1430 Hong Kong Stories HKBN 公共資訊台 201	2700-2730 議事論事 有線直播新聞台 10	1400-1430 The Project Live Healthy HKBN 公共資訊台 201	2700-2730 警訊 有線直播新聞台 10
2500-2530 總有出頭天 有線直播新聞台 10	1500-1505 左右紅藍綠 亞洲電視本港台 11		1500-1505 左右紅藍綠 亞洲電視本港台 11	
2700-2730 總有出頭天 有線直播新聞台 10	1700-1730 品味人生 III HKBN 公共資訊台 201		1700-1730 議事論事 HKBN 公共資訊台 201	
	1725-1730 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201		1725-1730 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201	
	1730-1800 Hong Kong Stories HKBN 公共資訊台 201		1730-1800 The Project Live Healthy HKBN 公共資訊台 201	
	1900-1930 品味人生 III HKBN 公共資訊台 201		1855-1925 The Pulse ATV World 16	
	1855-1925 The Project Live Healthy TVB Pearl 84		1900-1930 議事論事 HKBN 公共資訊台 201	
	1900-1930 議事論事 亞洲電視本港台 11		1900-1930 警訊 亞洲電視本港台 11	
	2100-2125 議事論事 HKBN 公共資訊台 201		2100-2125 警訊 HKBN 公共資訊台 201	
	2125-2130 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201		2125-2130 左右紅藍綠 HKBN 公共資訊台 201	

星期六 SAT			星期日 SUN
0700-0730 警訊 HKBN 公共資訊台 201	1500-1530 地厚天高 HKBN 公共資訊台 201	2200-2230 頭條新聞 無線收費頻道 新聞 2 台 06	0630-0730 識多一點點 無線電視翡翠台 81
0800-0830 地厚天高 HKBN 公共資訊台 201	1530-1600 好想藝術 HKBN 公共資訊台 201	2300-2325 頭條新聞 有線直播新聞台 10	0700-0730 頭條新聞 HKBN 公共資訊台 201
0800-0830 警訊 無線收費頻道 新聞 2 台 06	1600-1630 品味人生 III HKBN 公共資訊台 201	2325-2330 見面·見香港 有線直播新聞台 10	0730-0800 音樂動起來 HKBN 公共資訊台 201
0830-0900 The Pulse TVB Pearl 84	1600-1630 議事論事 now 寬頻電視 331 台	2300-2330 頭條新聞 HKBN 公共資訊台 201	0800-0830 文化長河-山川行 HKBN 公共資訊台 201
0830-0900 好想藝術 HKBN 公共資訊台 201	1630-1700 議事論事 HKBN 公共資訊台 201	2330-2400 音樂動起來 HKBN 公共資訊台 201	0800-0830 頭條新聞 無線收費頻道 新聞 2 台 06
0900-0930 品味人生 III HKBN 公共資訊台 201	1630-1700 鏗鏘集 now 寬頻電視 331 台	2330-2400 地厚天高 now 寬頻電視 333 台	0800-0830 藝坊星期天 無線電視翡翠台 81
0930-1000 議事論事 HKBN 公共資訊台 201	1700-1730 警訊 HKBN 公共資訊台 201	2400-2430 文化長河-山川行 HKBN 公共資訊台 201	0805-0835 沒有牆的世界 II 高清翡翠台
1000-1100 上網問功課 亞洲電視本港台 11	1730-1800 The Pulse HKBN 公共資訊台 201	2500-2530 頭條新聞 有線直播新聞台 10	0830-0900 時事摘錄 TVB Pearl 84
1000-1030 警訊 HKBN 公共資訊台 201	1700-1730 地厚天高 now 寬頻電視 331 台	2500-2530 議事論事 now 寬頻電視 331 台	0830-0930 上網問功課 HKBN 公共資訊台 201
1030-1100 The Pulse HKBN 公共資訊台 201	1800-1900 識多一點點 HKBN 公共資訊台 201	2530-2600 鏗鏘集 now 寬頻電視 331 台	1000-1030 The Works HKBN 公共資訊台 201
1100-1200 識多一點點 HKBN 公共資訊台 201	1830-1900 鏗鏘集 now 寬頻電視 333 台	2600-2630 地厚天高 now 寬頻電視 331 台	1000-1030 Hong Kong Stories HKBN 公共資訊台 201
1130-1200 反斗英語 亞洲電視本港台 11	1900-1930 頭條新聞 無線電視翡翠台 81	2700-2730 頭條新聞 有線直播新聞台 10	1030-1100 The Project Live Healthy HKBN 公共資訊台 201
1200-1230 做個健康快活人 亞洲高清台	1920-1925 Police Report TVB Pearl 84	2730-2800 議事論事 now 寬頻電視 331 台	1100-1130 The Pulse HKBN 公共資訊台 201
1200-1300 上網問功課 HKBN 公共資訊台 201	1930-2000 音樂動起來 無線電視翡翠台 81	2800-2830 鏗鏘集 now 寬頻電視 331 台	1100-1105 反斗英語 5 分鐘 亞洲電視本港台 11
1330-1400 警訊 HKBN 公共資訊台 201	2000-2030 文化長河-山川行 無線電視翡翠台 81	2830-2900 地厚天高 now 寬頻電視 331 台	1130-1200 時事摘錄 HKBN 公共資訊台 201
1330-1400 警訊 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2000-2030 頭條新聞 HKBN 公共資訊台 201		1200-1230 藝坊星期天 HKBN 公共資訊台 201
1400-1430 The Pulse HKBN 公共資訊台 201	2030-2100 音樂動起來 HKBN 公共資訊台 201		1200-1230 義行多國度 亞洲高清台
1430-1500 議事論事 now 寬頻電視 333 台	2100-2130 文化長河-山川行 HKBN 公共資訊台 201		1205-1300 城市論壇 無線電視翡翠台 81

星期日 SUN				
1230-1300 頭條新聞 HKBN 公共資訊台 201	1700-1800 城市論壇 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2130-2155 鏗鏘集 HKBN 公共資訊台 201	2458-2500 見面·見香港 有線直播新聞台 10	
1300-1400 音樂動起來 HKBN 公共資訊台 201	1630-1700 鏗鏘集 now 寬頻電視 331 台	2155-2200 反斗英語 5 分鐘 HKBN 公共資訊台 201	2500-2530 鏗鏘集 有線直播新聞台 10	
1330-1400 文化長河-山川行 HKBN 公共資訊台 201	1700-1730 地厚天高 now 寬頻電視 331 台	2200-2250 城市論壇 HKBN 公共資訊台 201	2530-2630 城市論壇 有線直播新聞台 10	
1330-1400 頭條新聞 無線收費頻道 新聞 2 台 06	1730-1830 城市論壇 now 寬頻電視 331 台	2255-2300 反斗英語 5 分鐘 HKBN 公共資訊台 201	2530-2600 鏗鏘集 now 寬頻電視 331 台	
1400-1500 城市論壇 無線收費頻道 新聞 2 台 06	1730-1800 議事論事 HKBN 公共資訊台 201	2200-2230 鏗鏘集 無線收費頻道 新聞 2 台 06	2600-2630 地厚天高 now 寬頻電視 331 台	
1400-1450 城市論壇 HKBN 公共資訊台 201	1800-1830 警訊 HKBN 公共資訊台 201	2300-2323 鏗鏘集 有線直播新聞台 10	2600-2700 城市論壇 無線收費頻道 新聞 2 台 06	
1430-1500 議事論事 now 寬頻電視 333 台	1830-1900 頭條新聞 HKBN 公共資訊台 201	2230-2300 地厚天高 now 寬頻電視 331 台	2630-2730 城市論壇 now 寬頻電視 331 台	
1450-1455 Police Report HKBN 公共資訊台 201	1830-1900 鏗鏘集 now 寬頻電視 333 台	2323-2325 見面·見香港 有線直播新聞台 10	2700-2730 鏗鏘集 now 寬頻電視 331 台	
1530-1600 時事摘錄 HKBN 公共資訊台 201	1855-1900 Police Report ATV World 16	2330-2400 地厚天高 now 寬頻電視 333 台	2700-2730 鏗鏘集 有線直播新聞台 10	
1530-1535 反斗英語 5 分鐘 無線電視翡翠台 81	1900-1930 體育的風采 無線電視翡翠台 81	2400-2430 體育的風采 HKBN 公共資訊台 201	2730-2830 城市論壇 有線直播新聞台 10	
1600-1700 城市論壇 now 寬頻電視 333 台	1900-1930 音樂動起來 HKBN 公共資訊台 201	2430-2500 鏗鏘集 HKBN 公共資訊台 201	2800-2900 城市論壇 now 寬頻電視 331 台	
1600-1630 地厚天高 HKBN 公共資訊台 201	1930-2000 文化長河-山川行 HKBN 公共資訊台 201	2428-2430 見面·見香港 有線直播新聞台 10		
1600-1630 議事論事 now 寬頻電視 331 台	1935-2000 鏗鏘集 無線電視翡翠台 81	2430-2500 時事摘錄 有線直播新聞台 10		
1600-1630 好想藝術 HKBN 公共資訊台 201	2030-2100 藝坊星期天 HKBN 公共資訊台 201	2500-2550 城市論壇 HKBN 公共資訊台 201		
1700-1730 品味人生 III HKBN 公共資訊台 201	2100-2130 體育的風采 HKBN 公共資訊台 201	2500-2530 議事論事 now 寬頻電視 331 台		

更新日期：2012年5月14日 / Last Updated: 14th May 2012