

Ky dokument nuk është prova. Prova janë bajtët e ruajtur: HTML-ja e faqes, pamja e saj, dhe zinxhiri i hash-eve që i lidh. Kjo dëshmi është paraqitja e tyre, e prodhuar automatikisht. Verifikohet me kodin më poshtë **pa na pyetur ne**.

ARTIKULLI

TITULLI	Nga mëngjesi në darkë, sa gota ujë duhet të pini gjatë gjithë ditës
ADRESA	https://lajmifundit.al/soft/nga-mengjesi-ne-darke-sa-gota-uje-duhet-te-pini-gjate-gjithe-dites-i1337366
BURIMI	lajmifundit.al
GJENDJA	online

KOHA

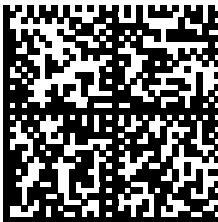
KAPUR NGA NE	15 shtator 2026, 12:53:51 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 900 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	15 shtator 2026, 12:50:18 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	1c85fd615ad60f047e401fd3201a728d2e156ba540a011f46f629ff9a01b5e5b
TEKSTI	8fb4d1a8371f4cfd35f71f44bc848ae740bb1b2307ba2e2d0c8287c044ea4c45
PAMJA	5d137b5717d8ed70cddb776c5144f34026e3f25e5116b2ca1d442bdd291015d

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	dbbb2677cdf8ed6e6de4da6864e60d7c0e7dd236aef6c237c4507a3252d37f88
E MËPARSHMJA	—
RRËNJA MERKLE	7b60020d12239b3c3f63032b973e8451536e9d643adb77567035503a03c510f7
ANKORIMI	submitted — dërguar, ende pa bllok <i>Deri te blloku, kjo provon integritetin, jo kohën.</i>



SKANOJE PËR TA VERIFIKUAR

Kodi të nxjerr te eksploruesi i STAMLES. Ai regjistër nuk është yni: nëse serveri ynë bie nesër, vula mbetet aty ku është.

Faqja tregon njërën nga tri gjendjet — **nuk u gjet, në radhë**, ose **e konfirmuar** me bllokun, rrënjën Merkle dhe transaksionin në Polygon. Krahazo hash-in që gjen atje me atë të shtypur më lart: nëse përputhen, kjo kapje ekzistonte para asaj ore, dhe ne nuk mund ta kishim ndryshuar pas saj.

<https://scan.stamles.eu/verify/dbbb2677cdf8ed6e6de4da6864e60d7c0e7dd236aef6c237c4507a3252d37f88>

PAMJA E FAQES

Renderuar nga HTML-ja jonë e ruajtur, jo nga rrjeti. **Riprodhon kopjen tonë, jo pamjen e atëhershme:** stilet dhe imazhet e largëta mund të mos ekzistojnë më ose të kenë ndryshuar.

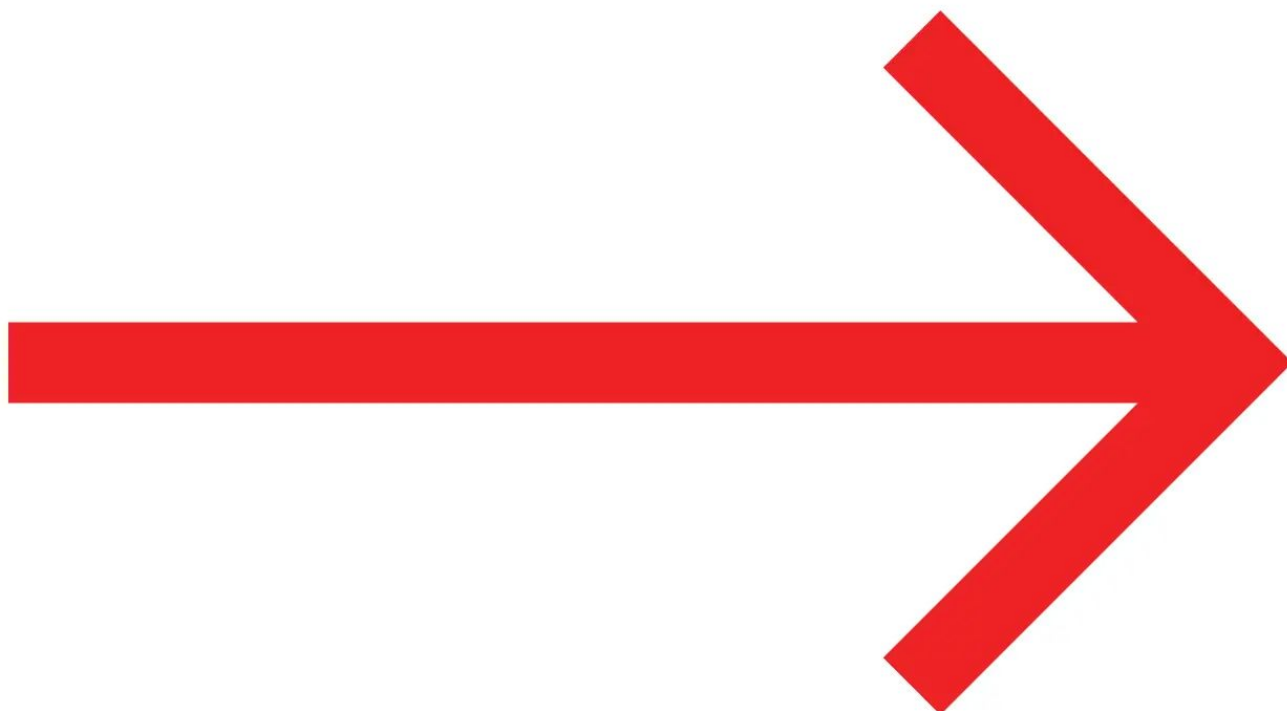
Motori: chromium-stored+assets · dritarja 1280×1024 px



- [AKTUALITET](#)
- [Politike](#)

[Nga mëngjesi në darkë, sa gota ujë duhet të pini gjatë gjithë ditës](#)

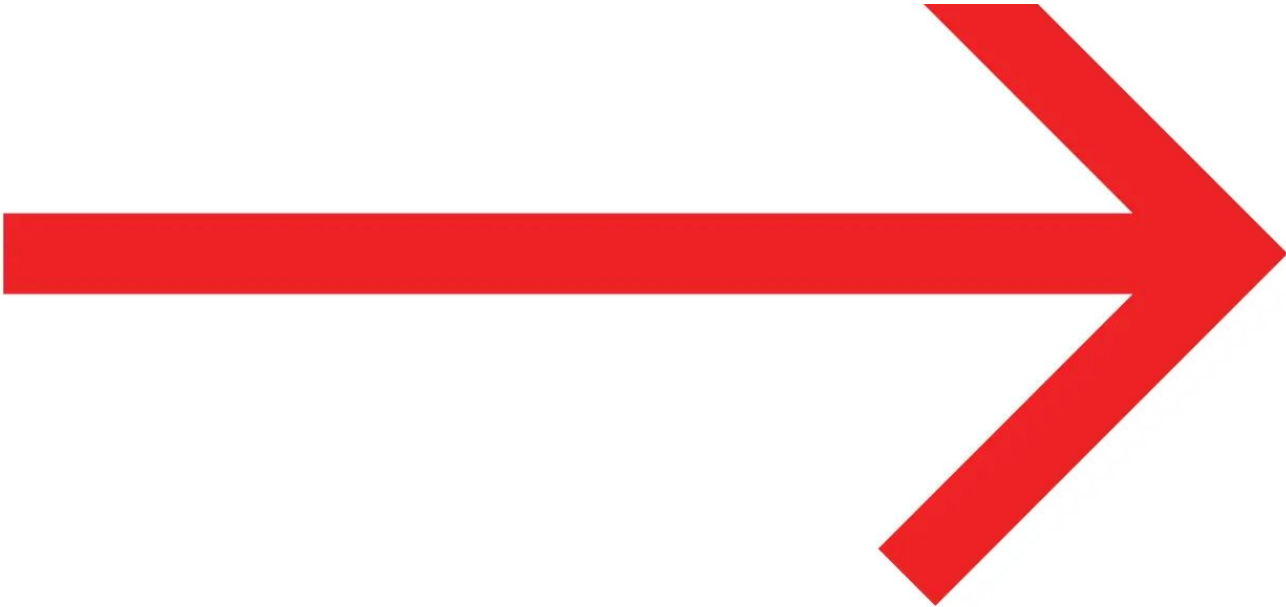
Lexo lajmin e plote



[Dyfishimi i bonusit të pensioneve nga 1 janari/ Eksperti: Hap i rëndësishëm, zbut ndikimin e...](#)

Lexo lajmin e plote





Policia kap me 'presh në duar" dy persona, tentuan të vidhnin motorin e parkuar

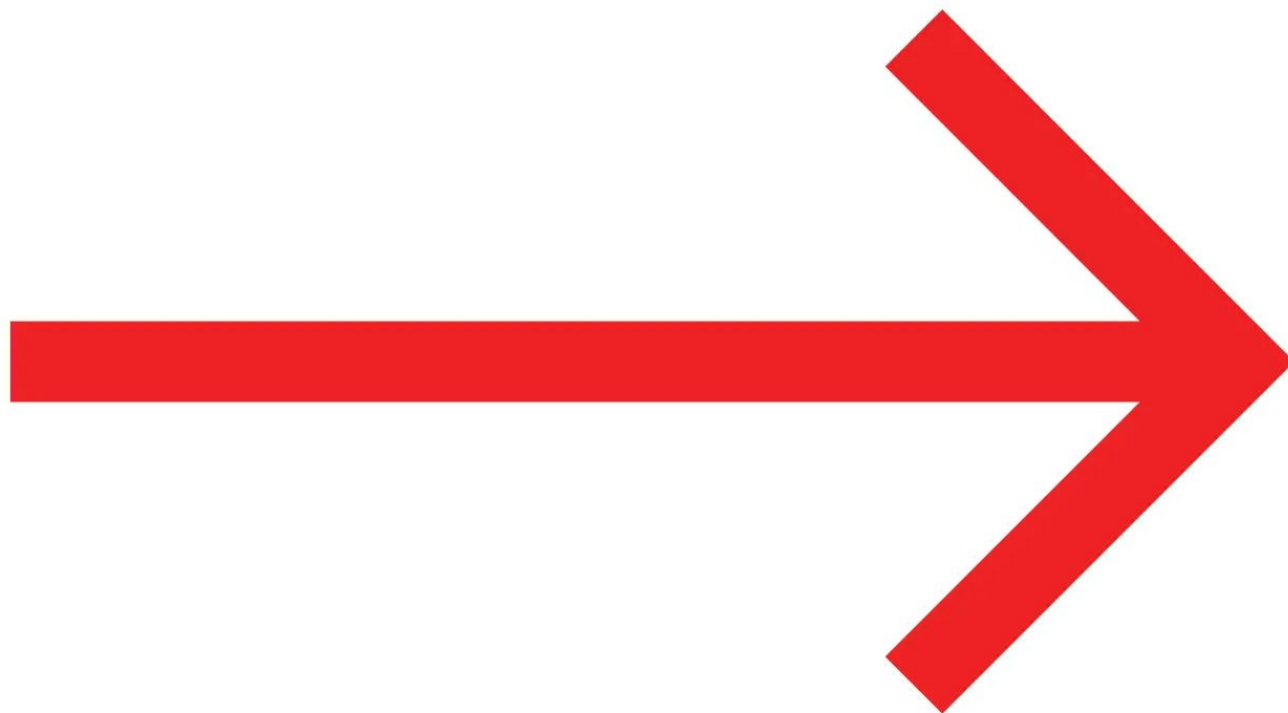
Lexo lajmin e plote





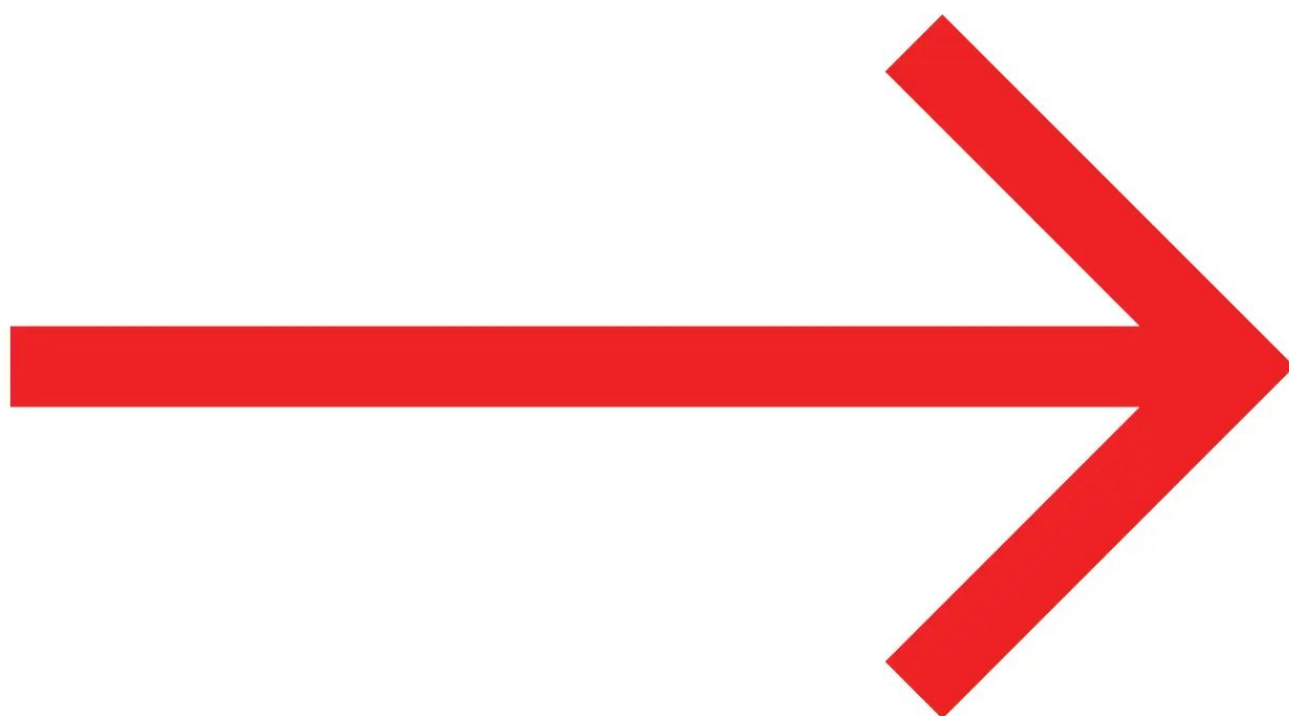
Makina futet mes përmes këmbësorëve, 2 humbje jete, pla'gosen 4 persona, ja ku ndodhi ngjarja

Lexo lajmin e plote



Për çfarë u përdor? Automjeti i vjedhur, gjendet i djegur në një tunel ushtarak në Vlorë, nisin hetimet

Lexo lajmin e plote



Nga mëngjesi në darkë, sa gota ujë duhet të pini gjatë gjithë ditës

 Lajmifundit / 15 Shtator 2026, 14:50
Shperndaje
Soft





Legjendat urbane na kanë shoqëruar gjithë jetën, sidomos kur bëhet fjalë për shëndetin.

Më poshtë do të gjeni nga AgroWeb.org një listë me disa prej pretendimeve dhe këshillave mjekësore që janë ose nuk janë të vërteta

8 Gota Ujë Në Ditë?

Nuk është e nevojshme të numëroni gotat.

Studimet kanë treguar që njerëzit që pijnë një gotë ujë kur janë të etur, marrin mjaftueshëm për të qenë të shëndetshëm dhe të hidratuar.

Lëngjet, supat dhe perimet ju ofrojnë doza të rëndësishme të oksigjenit.

Pamja këtu është e ri-koduar për ta futur në dokument. Artefakti autoritar është skedari WebP i ruajtur, dhe hash-i i tij është ai i shtypur te faqja e parë — pra dallimi është i verifikueshëm, jo i fshehur.