

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	Forcojnë zemrën dhe trurin, ja përse duhet t'i konsumoni frutat e thata – Vizion Plus
ADRESA	https://www.vizionplus.tv/forcojne-zemren-dhe-trurin-ja-perse-duhet-ti-konsumoni-frutat-e-thata-2/
BURIMI	vizionplus.tv
GJENDJA	online

KOHA

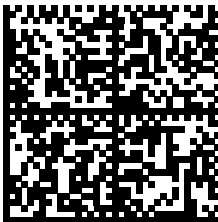
KAPUR NGA NE	3 tetor 2026, 20:31:23 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 300 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	3 tetor 2026, 20:28:16 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	d0f76b2d3276ec162f9a76c817a4039daf19d986ac1851f7178427e661cd9c7f
TEKSTI	051350bc3a1905d64f3827c10abad5d55a488a50507db6414c3f031f7ce38e93
PAMJA	6bd55f911bc1b9aa77580307ac18e23ed87439ac06b281bbc44b87ee1e1b97ee

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	a93e7f8308f82b4b6558424e02f7ad8dd4b7879d45561e86bfbcb28004ef46097
E MËPARSHMJA	—
RRËNJA MERKLE	—
ANKORIMI	nuk është ankoruar ende <i>Kjo hyrje nuk është përfshirë ende në asnjë pemë Merkle të dërguar. Zinxhiri i hash-eve provon rendin dhe integritetin; koha jo.</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/a93e7f8308f82b4b6558424e02f7ad8dd4b7879d45561e86bfbcb28004ef46097>

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



REKLAMË

Arrat janë të pasura me omega-3, antioksidantë dhe vitamina që ndihmojnë në përmirësimin e kujtesës, fokusit dhe shëndetit të përgjithshëm të trurit. Studimet i cilësojnë si një nga ushqimet më të mira për sistemin nervor.

Bajamet, mbrojtje për zemrën dhe kockat

Bajamet përmbajnë vitaminë E, kalcium, magnez dhe yndyra të shëndetshme që ndihmojnë në uljen e kolesterolit, parandalimin e sëmundjeve të zemrës dhe forcimin e kockave.

Fistikët, energji për trupin dhe zemrën

Fistikët ndihmojnë në qarkullimin e mirë të gjakut, ulin tensionin arterial dhe janë të shkëlqyer për mirëmbajtjen e një zemre të shëndetshme. Aroma dhe vlerat e tyre ushqyese i bëjnë një nga zgjedhjet më të mira për snack të shëndetshëm.

Kajsitë e thata, kocka të forta dhe imunitet më i mirë

Kajsitë e thata janë të pasura me kalium, hekur dhe vitaminë A. Ato ndihmojnë në forcimin e kockave, përmirësojnë tretjen dhe mbështesin sistemin imunitar.

#frutatethata

#VizionPlus

#Zemra

5 Gazetari Elton Toza në polici: Si i sigurova videot intime të kompozito...

NEWSLETTER

Përmbledhja e ditës në e-mail

emaili juaj

Abonohu

REKLAMË





WRITTEN BY
Redaksia Web
Gazetar/e · Vizion Plus

Të gjithë artikujt →

Vazhdo të lexosh

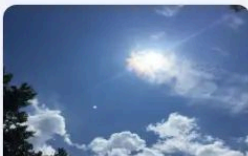


LIFESTYLE

**WhatsApp prezanton
kontrolle opsionale...**

Redaksia
Web

3 Tet
22:02



LIFESTYLE

**Parashikimi i motit për
ditën e diel**

Taulant
Halili

3 Tet
16:18



LIFESTYLE

**Parashikimi i
Horoskopit, çfarë ka...**

Redaksia
Web

3 Tet
08:42

REKLAMË

Lini një koment

Komenti juaj *

Me respekt — komentet moderohen nga redaksia.

Emri *

E-mail *

Nuk publikohet kurrë.

☐ Ruaje emrin dhe e-mailin tim në këtë shfletues për herën tjetër që komentoj.

Posto komentin

REKLAMË



Vizion Plus është një nga televizionet kryesore kombëtare në Shqipëri — lajme, programe, seriale dhe sport, drejtpërdrejt dhe on demand, 24 orë në ditë, kudo që je.

LIVE



Lajme

Politikë
Vendi
Bota
Kronikë
Lifestyle

Programe

Programe
Seriale
Guida TV
Video
Ekipi i Vizion Plus

Rrjeti

Rreth nesh
Karriera
Kontakt
Reklamo me ne
Dërgo lajmin tënd

Ligjore

Kushtet e përdorimit
Privatësia
Cookies
Politika editoriale

© 2026 Vizion Plus · Të gjitha të drejtat e rezervuara

vizionplus.tv

Kthehu lart ↑