



## NAVC Clubnachrichten in neuer Form

Liebe NAVC Clubmitglieder,

heute haltet Ihr die Clubnachrichten November 2020 in neuer Aufmachung und neuer Verarbeitung in Händen. Zunächst hoffen wir, daß das neue Outfit grundsätzlich gefällt.

Der Grund für die Neuerungen ist, daß der Bauer Verlag, Herausgeber unserer Auto Zeitung, ganz kurzfristig die Druckerei gewechselt hat, die für die Herstellung der NAVC Auto Zeitung zuständig ist. Für die neue Druckerei ist es in der Kürze der Zeit nicht möglich, die Beiheftung unserer Clubnachrichten in der gewohnten Weise zu bewerkstelligen. Unsere Clubnachrichten werden deshalb jetzt als gehefteter „Beileger“ produziert und verarbeitet. Das hat, wie alles im Leben, seine Vor- und Nachteile.

Zeitgleich haben wir bei unserer Hausdruckerei eine Umstellung des Papiers vorgenommen, die einen höherwertigen Eindruck des ganzen Produktes vermitteln soll.

Wir hoffen, daß die neuen „Beileger“ auch gut bei unseren Mitgliedern ankommen.

Präsidium  
Deutscher NAVC

## Das NAVC Sportabzeichen

*Die immerwährende Auszeichnung für jeden NAVC Motorsportler – für die einen ein Buch mit sieben Siegeln, für die anderen ein ewiger Ansporn – das Ziel heißt 10.000 Punkte! – wo sind die Champions?*

Das NAVC Sportabzeichen wird an unsere Mitglieder für sportliche Erfolge und Leistungen verliehen, die sie während ihrer Mitgliedschaft im Besitz eines DAM Fahrerausweises errungen haben. Dazu zählen auch bestimmte Einsätze als Funktionäre bei Veranstaltungen, wie beispielsweise die Ausübung der Position eines Sportkommissares oder Fahrt- bzw. Rennleiters. Eine weitere zeitliche Einschränkung gibt es nicht, die Punkte für die Sportabzeichenwertung werden immer weiter aufaddiert, auch wenn dazwischen mehrere Jahre Pause liegen. Wertung und Punktevergabe beschränken sich auf Mitglieder des Deutschen NAVC und deren Kinder, sofern diese einen Fahrerausweis/-lizenzen der Deutschen Amateur Motorsportkommission (DAM) besitzen. Wertung und errungene Auszeichnungen sind für diesen Personenkreis kostenfrei.

Im Laufe der Jahre haben sich über 16.000 NAVC Motorsportler in die Listen zur Erlangung der NAVC Sportabzeichen eingetragen. Ihre Erfolge und die daraus resultierenden Punkte werden in persönlichen Konten in den Archiven der NAVC Sportabteilung unter Zugrundelegung der Vorschriften des Datenschutzes aufbewahrt. Die „aktiven“ Konten werden weitergeführt und jeder NAVC Motorsportler erhält im Oktober, am Ende der Saison, seinen Punktestand per Briefpost mitgeteilt. Alle älteren Punktekonten können jederzeit wieder aktiviert werden. Die Wertungen zum NAVC Sportabzeichen erfolgen automatisch durch die NAVC Sportabteilung.

Wie kommen nun die Punkte zustande? Gar mancher NAVC Motorsportler hat sich am Anfang seiner Karriere gefragt, was der Buchstabe in jeder Zeile der Ergebnisliste jener Veranstaltung bedeu-

tet, an der er gerade teilgenommen hat. Da stehen „G“, „S“, „B“ und „E“, genauer gesagt steht das „G“ hinter den ersten 20 % der Teilnehmer einer Klasse, das „S“ hinter den folgenden 25 % und das „B“ hinter weiteren 30 % der Klassenteilnehmer. Der Rest hat ein „E“ hinter seinem Ergebnis stehen. Die Buchstaben definieren die Punkteklasse der NAVC Sportabzeichenwertung. Die Bedeutungen der einzelnen Buchstaben ist jetzt nicht mehr schwer zu erraten: G = Gold, S = Silber, B = Bronze und E = Erinnerung. Die zugehörigen Punktezahlen unterscheiden sich nach den Wettbewerbsarten; für einen Klassensieg gibt es Zusatzpunkte. Wer es ganz genau wissen möchte, kann das alles, bis ins Detail beschrieben, im NAVC Motorsporthandbuch nachlesen.

Das NAVC Sportabzeichen wird in acht Stufen verliehen; beginnend mit dem

Abzeichen in Bronze bei 200 Punkten, bis zur Motorsportspange in Gold mit Lorbeerkranz und Brillanten für mindestens 10.000 (in Worten: zehntausend) Punkten. Die erfolgreichsten NAVC Motorsportler erreichen in einem Jahr maximal etwas über 500 Punkte. Daran ist schon zu ersehen, wie weit der Weg zum 10.000er Abzeichen ist!

Neben dem ideellen Wert, den ein NAVC Sportabzeichen für eine manchmal lebenslange motorsportliche Aktivität widerspiegelt, ist auch der materielle Wert der NAVC Sportabzeichen erwähnenswert. Die Abzeichen werden in der Münzmanufaktur Fritz Reu in Handarbeit exklusiv für den Deutschen NAVC hergestellt. Die einfachsten Ausführungen stellen zusammen mit der zugehörigen Urkunde einen Wert von ca. € 35,00 dar. Die Anstecknadel des Abzeichens für 10.000 Punkte ist aus massivem Gold gefertigt und mit echten Diamantsplittern besetzt. Über den finanziellen Wert dieser Kostbarkeit schweigt man sich aus, schon wegen des schwankenden Goldpreises.



*Der Inbegriff der Begierde: Die Motorsportspange in Gold mit Lorbeerkranz und Brillanten, die Anstecknadel aus purem Gold mit echten Diamanten*

Zur Geschichte: Im Jahre 2007 stellte man fest, daß bereits eine größere Zahl von NAVC Motorsportlern das damals höchste Sportabzeichen erreicht und die Schwelle von 6.000 Punkten überschritten hatten. Es gab kein weiteres Ziel in der Hierarchie der NAVC Sportabzeichen, das es zu erreichen galt. Dem mußte natürlich Abhilfe geschaffen werden und so wurde die NAVC Motorsportspange in Gold mit Lorbeerkranz und Brillanten für die runde Zahl von 10.000 Punkte kreiert. Diese hochwertige Auszeichnung wurde bei der Sportfahrehrung 2007 in Gunzenhausen erstmals verliehen. Aus den Händen von NAVC Ehrenmitglied Kurt



*Im Ranking der ewigen Besten liegen „die DREI“ auch heute noch in gleicher Reihenfolge auf den ersten Plätzen.*

Geißler und NAVC Präsident Hans Jörg Nagel erhielten Hans-Jürgen Straßner, Johannes Enderlein und Joseph Limmer das neue Top-Abzeichen. Im Jahr 2008 schaffte Dietmar Seiler den Sprung über die 10.000er Marke und erhielt im niederrheinischen Geldern die begehrte Auszeichnung.



*Dietmar Seiler im See-Park-Hotel in Geldern*

Im Jahr darauf folgte Hans-Jürgen Schuldes aus Braunschweig dem Altmühltaler in die höchsten Regionen des NAVC Motorsportes.

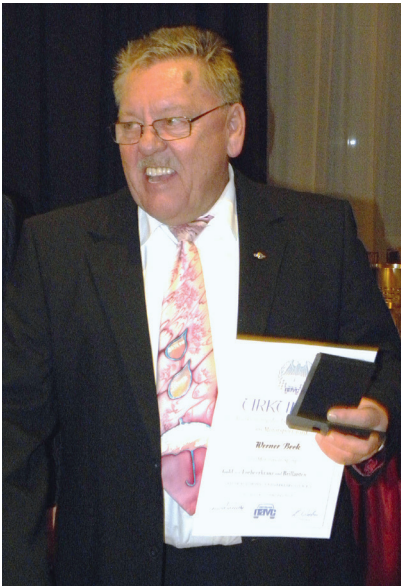


*10.000 NAVC Sportabzeichenpunkte für „Hänschen“ Schuldes, den Liebling ach sooo vieler weiblicher Wesen... und seinem markanten Gesichtsschmuck.*

2011 war es für Martin Meyer so weit, daß er in den Walhall der NAVC Motorsportler aufgenommen wurde. Er ist auch heute noch aktiv unterwegs und vor allem als Vorsitzender des NAVC Landesverbandes Nordbayern, dem größten Deutschlands, überall präsent.



Martin Meyer erhält die Motorsportspange in Gold mit Lorbeerkrans und Brillanten, im Ringberghotel bei Suhl in Thüringen. Es war der dritte große NAVC Sportfahrerball mit Meisterehrung in diesem Hause.



Ein Jahr später, es war wieder im Ringberghotel, strahlte Werner Beck „wie der Schell'n-König“ über seine neue Auszeichnung. Gigantisch!

Dann war ein paar Jahre Pause, bis im Jahr 2018 Georg Breitkopf den Sprung über die 10.000er Marke vollzog. Auch er ist natürlich ein NAVC Urgestein, saß

neben Joseph Limmer im Rallyeauto, bildete mit ihm eines der erfolgreichsten Slalomteams Deutschlands, ist Rückgrat in der „Technik“ bei der Kart-Trophy Weiß-Blau und so nebenbei Vorsitzender des NAVC Landesverbandes Südbayern.



Georg Breitkopf ist der einstweilen Letzte, der den Sprung in die Reihen der „Erlauchten“ geschafft hat. Aber, wie wir der folgenden Tabelle entnehmen können, liegen einige potenzielle Anwärter kräftig auf der Lauer und werden demnächst die höchste Auszeichnung, die es im NAVC Motorsport zu erreichen gibt, für sich in Anspruch nehmen wollen.

Die aktuellen Punktestände in der „Champions-League“ des NAVC Sportabzeichens, Stand Oktober 2020:

- |                         |        |
|-------------------------|--------|
| 1. Hans-Jürgen Straßner | 17.789 |
| 2. Johannes Enderlein   | 13.758 |
| 3. Joseph Limmer        | 12.337 |
| 4. Martin Meyer         | 11.937 |
| 5. Werner Beck          | 11.778 |
| 6. Dietmar Seiler       | 10.829 |
| 7. Georg Breitkopf      | 10.347 |
| 8. Hans-Jürgen Schuldes | 10.295 |

Auf der Lauer zum großen Sprung liegen:

- |                 |       |
|-----------------|-------|
| Joachim Hofmann | 9.797 |
| Georg Schwarz   | 9.327 |

- |                    |       |
|--------------------|-------|
| Hans Beer          | 8.601 |
| Hermann Farnbacher | 8.599 |
| Rainer Thiel       | 8.577 |

Schau'n ma mal, wer die „TOP-Ten“ vollmachen kann...

Jetzt haben wir sehr viel über die „oberen Zehntausend“ geschrieben; dem NAVC und seinen Organisatoren im Motorsport liegen aber alle anderen, die sich redlich um die Erhöhung ihres Sportabzeichen-Kontostandes bemühen, ganz genauso am Herzen. Schließlich sind sie alle auf dem Weg zum „Zehntausender“! – Über die vielen Zwischenstationen, die den Weg dorthin erleichtern.

**Darum gibt es den „Corona-Bonus“ für NAVC Mitglieder mit DAM-Ausweisen.** Sehr viele unserer aktiven NAVC Motorsportler haben ihren DAM Fahrerausweis bzw. die Int. DAM Fahrerlizenz für das Jahr 2020 beantragt, lange bevor absehbar war, welche Probleme die Pandemie rund um „Corona“ und „Covid 19“ aufwerfen wird. Die Nutzung der genannten Dokumente war in der abgelaufenen Saison mehr als eingeschränkt.

Es ist leider nicht möglich, die Gebühren für die Ausweise und Lizenzen zu erstatten, weil die DAM alle enthaltenen Leistungen, wie Versicherungen, Mehrwertsteuer, Regelwerk, Porto und Verwaltung etc. zu bezahlen hatte. Für diese Zahlungen muß der Mammutanteil der Ausweisgebühren aufgewendet werden.

Ganz ohne einen Vorteil für all jene, die ihren Ausweis / die Lizenz für die Saison 2020 beantragt hatten und nicht einsetzen konnten, möchte die Deutsche Amateur Motorsportkommission (DAM), Abt. Automobilsport, das Sportjahr nicht zu Ende gehen lassen. Alle betroffenen Motorsportler erhalten deshalb einen „Corona-Bonus“, mitgeteilt mit der NAVC Sportabzeichenpunktebestätigung im Oktober 2020. Der Bonus beträgt für alle Kartslalomfahrer (auch Cross) und Turnierfahrer 30 NAVC Sportabzeichenpunkte, für Slalom- Berg- und Rallyefahrer sowie die Teilnehmer an Cross-Rennen jeweils 50 Punkte. Für Fragen zu dem Thema steht die NAVC Sportabteilung unter Tel. 08744-8678 natürlich gerne zur Verfügung.

**LETZTE MELDUNG AUS DER NAVC SPORTABTEILUNG**

# Lockdown – Sportfahrrertagung – Ringberghotel – Meisterehrung – Sportfahrerabend – was kommt auf uns zu???



Liebe Motorsportfreunde, soeben haben wir von den Plänen der Bundesregierung erfahren, das öffentliche Leben und vor allem den Bereich des Amateursportes und der dazugehörigen Veranstaltungen im November 2020 massiv einzuschränken. Uns erreichen diese Meldungen jetzt zwei Stunden vor Abgabetermin unserer Clubnachrichten in der Druckerei.

Unser „Ringbergwochenende“ findet ja erst im Dezember statt, die jetzt aus Berlin verkündeten Maßnahmen greifen nur bis zum 30. November. Aber was kommt dann? Niemand weiß es!

Wir hoffen und gehen davon aus, daß die November-Maßnahmen so wirkungsvoll sein werden, daß wir im Dezember ohne Probleme unter den erforderlichen Hygienemaßnahmen unseren Saisonabschluß feiern können. Die Planungen und Vorbereitungen dazu laufen auf vollen Touren weiter. Aber, wie vorstehend schon bemerkt, niemand weiß was „Corona“ im Dezember treiben wird. Wir werden, in dem Moment wo es Neuigkeiten gibt, auf [www.navc.de](http://www.navc.de) darüber informieren.

Bis bald, Eure NAVC Sportabteilung

Marietta Limmer

## 55 Jahre NAVC Landesverband Nordbayern – LV-Sportfahrrertagung 2020

Alle Jahre, zum „Abschluss“ der Motorsportsaison, die es heuer wegen Corona leider ja nicht gab, veranstaltet unser Landesverband die LV-Sportfahrrertagung.

Nachdem 2020 praktisch kein Motorsport stattgefunden hat, beschränkte sich die Tagung auf die Planungen für 2021. Ausrichter der LV-Sportfahrrertagung war auch dieses Jahr der MSC Berg, der dazu am 25. Okt. 2020 ins Vereinsheim der DJK eingeladen hatte. Vorbildlich wurden dabei die geltenden Corona-Abstands- und Hygieneregeln eingehalten.

41 Vertreterinnen und Vertreter von 21 LV-Ortsclubs waren der Einladung gefolgt und nach Berg bei Neumarkt/Opf. gekommen. Nach der Begrüßung durch den LV-Vorsitzenden Martin Meyer stellte und koordinierte LV-Sportleiter Enrico Schnelle die bei ihm im Vorfeld eingegangenen Termine der geplanten Motorsportveranstaltungen 2021 vor.

### Folgende Veranstaltungen wurden im LV-Nordbayern für 2021 angemeldet:

Slalom/Berg	Kart	GMP	Turnier	Cross-SL
25.04. ASC Ansbach	06.06. MSC Berg DV	13.06. AC GUN	18.04. MSC Altmühltal	11.07. ASC Sulzb.-Ro.
16.05. RST Mittelfr.	12.06. AC GUN DV	04.07. NAC Nittenau	02.05. ASC Sulzb.-Ro.	18.07. AC GUN
13.06. AC Gunzenhausen	11.07. MSC Bechh. DV	22.08. MSC Berg	Mai ? SSC Eysölden	01.08. NMF Neumarkt
04.07. NAC Nittenau	25.07. ASC Amberg DV	05.09. MSC Sophienthal	18.07. ASVC Wieseth	08.08. MSF Berg
31.07. MSC Jura			12.09. MSC Altmühltal	29.08. RHT Rohrenstadt
01.08. MSC Jura Berg			12.09. MSC Altmühltal	05.09. MSC Wallerberg
15.08. MSG Oberschwaben			19.09. ASC Ansbach	12.09. MSC Berg
22.08. MSC Berg				19.09. RC Trautmannsh.
05.09. MSC Sophienthal				

Im Tagesordnungspunkt „Sonstiges“ informierte Martin Meyer darüber, dass die bis 2020 errungenen NAVC-Sportabzeichen bei der LV-Jahreshauptversammlung, die am 07.03.2021 beim MSC-Jura in Bergen stattfindet, überreicht werden. Auf Antrag können diese danach auch zugeschickt werden. Weitere LV-Termine sind die LV-Sportfahrertagung am 24.10.2021 und die LV-Siegerehrung am 04.12.2021.

Enrico Schnelle informierte die anwesenden Sportkommissare, dass 2021 wieder eine Schulung durchgeführt wird. Termin und Ort werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Der MSC-Jura plant am 01.08.2021 einen Lauf zur Deutschen-Amateur-Bergmeisterschaft, der MSC-Jura sowie der AC-Gunzenhausen planen am 09./10.04 und am 24./25.09. jeweils einen Lauf zur Deutschen-Amateur-Rallye-Meisterschaft.

Die Slalom-Veranstaltungen von Ansbach, Sophienthal sowie dem RST Mittelfranken finden auf Flugplätzen statt. Für die Slalomveranstaltungen von Ansbach, Jura, Sophienthal und RST Mittelfranken werden Deutsche-Amateur-Meisterschafts-Prädikate beantragt.

2021 schreibt der Landesverband Nordbayern wieder einen Heimat-Touristik-Wettbewerb aus, bzw. gilt der 2020 ausgegebene. Alle genannten Termine sind zur Information und noch nicht verbindlich.

Joachim Hofmann

# Das Wohnmobil winterfest machen

Praktische Tipps, um den Camper sicher in die Pause zu schicken

(djd). 2020 lag der Urlaub mit Wohnmobil und Caravan besonders im Trend. Doch mit dem Ende der warmen Jahreszeit fahren die Freizeitcamper nun langsam wieder auf den Stellplatz. Für die Winterruhe müssen sie einige Dinge beachten.

## Flaschen herausnehmen, Schläuche und Druckregler kontrollieren

Neben einer gründlichen Reinigung des Fahrzeugs ist es wichtig, auch an die Gasanlage im Wohnmobil oder Caravan zu denken. Die Gasflasche sollte man am besten herausnehmen und an einem belüfteten, trockenen Platz aufrecht stehend lagern. Vor dem Abtrennen der Flasche muss zunächst das Ventil zgedreht werden. So vermeidet man, dass Gas austritt. Die sehr geringe Restmenge an Gas, die noch in Leitungen und Schläuchen vorhanden ist, kann man einfach entweichen lassen. Dabei sollte man allerdings gut lüften und darauf achten, dass sich keinerlei Zündquellen in der Nähe befinden. Unter [www.dvfg.de](http://www.dvfg.de) findet man weitere Tipps zum Umgang mit dem Energieträger. Spätestens zum Saisonende lohnt sich auch ein genauer Blick auf den Zustand der Gasschläuche: Sind sie porös oder weisen sie Risse auf, ist ein sofortiger Austausch fällig. Damit der Start in die nächste Saison reibungslos verläuft, sollten Camping-Fans auch gleich nach den Austauschfristen der Schläuche und Druckregler schauen - denn spätestens zehn Jahre nach Herstellungsdatum ist es in beiden Fällen Zeit für einen Wechsel. Das Herstellungsdatum ist aufgedruckt beziehungsweise eingepreßt.

## Gasherd reinigen

Neben Gasflaschen, Schläuchen und Druckreglern verdient auch ein mit Flüssiggas betriebener Herd im Wohnmobil zum Saisonende noch einmal Aufmerksamkeit. Er sollte sorgfältig von allen Speiseresten befreit werden. Bei aller Gründlichkeit ist aber zugleich Maßhalten gefragt mit Blick auf Wasser und Reinigungsmittel. Wird beides an dieser Stelle zu großzügig eingesetzt, kann Flüssigkeit ins Brennergehäuse geraten und die Funktion später beeinträchtigt sein. Der Brenner sollte nach Reinigung und vollständiger Trocknung noch einmal kurz getestet werden. Ist der Flammenkranz ungleichmäßig oder lückenhaft, sollte ein Sachkundiger mit einer G 607-Zertifizierung hinzugezogen werden.



## An den Diebstahlschutz denken

Während der Ruhepause steht das Wohnmobil oder der Caravan am besten ganz gerade. Wohnwagen können meistens über Stützen oder mit Hilfe von Auffahrkeilen feinjustiert werden. Ist das Gefährt nicht in einem abschließbaren Raum untergebracht, empfiehlt sich auch ein Diebstahlschutz, etwa eine Radkralle. Dann steht einer entspannten Fahrt im nächsten Frühling nichts mehr im Wege.

JL

# Unser Quizzz...

Die Frage aus den letzten Clubnachrichten konnte leider von niemandem korrekt beantwortet werden. Von Lothar Göhler, einem der größten und langjährigsten Fans des Deutschen NAVC im Allgemeinen und der Clubnachrichten im ganz Besonderen, erhielten wir zu unserer schwierigen Frage ein kleines Gedicht, das wir unseren Lesern nicht vorenthalten wollen:

**Das Quizzz im Oktober war sehr schwer  
da kommt der Redakteur daher  
will wissen, wo und wann denn nur  
die LADY durch das Schlammloch fuhr.  
Startnummer 11, kaputter Blinker,  
eine Felswand sieht man auch dahinter.  
Wie soll man wissen wann das war?  
Selbst Mister Google ist's nicht klar.  
Ein Rallye-Sprint war es bestimmt  
wer das nun weiß, ja der gewinnt.  
Daß der sich freut, das ist gewiß  
wir freuen uns auf ein neues Quizzz.**



30. April 1989, die „LADY“ im Steinbruch beim Rallye-Sprint des MSC RT Rettert.

Die Flasche mit dem prickelnden Inhalt muß nochmal auf den Gewinner warten

Die Lösung wäre gewesen: Es war im Jahre 1989, am 30. April, im Steinbruch beim Rallye-Sprint des MSC RT Rettert. Das „**WO**“ wurde von vielen richtig beantwortet, das „**WANN**“ konnte leider niemand lösen. Und knapp daneben ist eben auch vorbei! Der richtige Lösungsansatz wäre über die Startnummer und deren Zuordnung in der Ergebnisliste gewesen. Nicht einfach und verdammt speziell, nur über ein paar Ecken zu lösen.

In der nächsten Ausgabe unserer Clubnachrichten wird es eine neue Quizzfrage geben, dann aus dem Bereich „Allgemeinwissen rund um den NAVC“. Wir freuen uns jetzt schon auf rege Teilnahme.

ML

# Draußen bleiben und genießen

Das Wintergrillen im kleinen Kreis könnte noch mehr als bisher zum Trend werden

Für viele Grillfreunde ist das ganze Jahr über Saison, Wintergrillen hatte sich auch schon vor Corona in Deutschland etabliert. Nun könnte das Brutzeln in der kühlen Jahreszeit noch mehr zum Trend werden: In kleinen Gruppen und im engsten Freundes- und Familienkreis ein schönes Weihnachtsfest und einen entspannten Jahresausklang feiern und dabei kulinarische Köstlichkeiten vom Rost genießen.



Der Trend geht zum Wintergrillen: In kleinen Gruppen und im engsten Freundes- und Familienkreis feiern und dabei kulinarische Köstlichkeiten vom Rost genießen.

## Frost ist nicht gut fürs Bier

Auch wenn es im Laufe des Abends für den Grillmeister frostig wird - einen Holzkohle- oder Gasgrill darf man nicht mit in die Wohnung nehmen, es droht sonst Erstickungsgefahr durch Kohlenmonoxid. Im Haus haben nur dafür zugelassene Elektrogrills etwas zu suchen. Kleine Steaks, Würstchen oder Hähnchenflügel sind im Winter besser zu grillen als große Teile - denn es dauert deutlich länger, bis alles gut durchgegart ist. Als Beilagen bieten sich in Alufolie eingepackte heiße Ofenkartoffeln mit einem würzigen Dip oder gefüllte Bratäpfel an. Wer auf ein leckeres Pils beim Grillen auch im Winter nicht verzichten möchte, sollte bei der Lagerung beachten, dass Frost nicht gut fürs Bier ist: Im Haus ist es bei Minustemperaturen deutlich besser aufgehoben als etwa im unbeheizten Gartenhäuschen. Bereits bei einer Lagerung des Bieres unter drei Grad Celsius kann es zur Kältetrübung kommen. Bei längerem Frost besteht die Gefahr, dass das Bier gefriert. Dadurch können Flaschen platzen oder es kommt zum ‚Ausfrieren‘ von Wasser.

Rezeptidee fürs Wintergrillen:  
Gegrillte Chicken Wings mit Bier-Honig-Glasur

JL

**WISSENSCHAFT BEDEUTET HOFFNUNG**

# Im Pandemie-Jahr erreicht Vertrauen in die Forschung neue Höchstwerte

(djd). Covid-19 hat den Menschen vor Augen geführt, wie wichtig Wissenschaft für ihr tägliches Leben ist. Das Vertrauen in Forscher und Wissenschaftler ist im Pandemie-Jahr auf neue Höchstwerte gestiegen. Zu diesem Ergebnis kommt der globale „3M State of Science Index“. Für die Studie wurden unter anderem in Deutschland Menschen vor und nach dem Ausbruch der Pandemie befragt. Der seit Jahren spürbare Trend, der Wissenschaft zunehmend skeptisch gegenüberzustehen, hat sich umgekehrt: Die Wissenschaftsskepsis ist auf aktuell 28 Prozent gesunken – gegenüber 35 Prozent noch vor der Pandemie. Gleichzeitig hat das generelle Vertrauen in Wissenschaft auf 89 Prozent zugenommen, das ist der höchste Wert seit Beginn der Studie. Alle Daten gibt es unter [www.3M.com/scienceindex](http://www.3M.com/scienceindex).



Text und Foto: djd/3M

In Zeiten von Covid-19 wächst das Vertrauen in Forschung und Wissenschaft. Die Menschen weltweit erhoffen sich Lösungen für die Herausforderungen der Zeit.

## Basisch für Beginner – Jetzt die Ernährung umstellen und fit durch die kalte Jahreszeit kommen

Im Herbst, wenn der Stoffwechsel einen Gang zurückschaltet, ist der ideale Zeitpunkt für eine Ernährungsumstellung. Dadurch lässt sich das Immunsystem gezielt stärken und dem obligatorischen Winterspeck vorbeugen. „Als Einstieg in die neue Ernährung ist Basenfasten eine gute Idee“, weiß Ute Jentschura, Diplom-Ernährungswissenschaftlerin und Heilpraktikerin aus Münster. Dabei werde nicht auf feste Nahrung verzichtet, sondern ein ausgewogener, sättigender Speiseplan erstellt. Mit hochwertigen Getreidesorten, saisonalem Obst und Gemüse, Nüssen, Saaten sowie pflanzlichen Fetten.“ Rezeptideen liefert zum Beispiel das Kochbuch „Basisch kulinarisch“. Erhältlich ist es in Reformhäusern oder unter [www.p-jentschura.com](http://www.p-jentschura.com). Auf der Website gibt es auch einen eigenen Rezeptbereich.



Leckere Rezeptideen liefert das Kochbuch „Basisch kulinarisch“.

Text und Bilder:  
djd/Jentschura International



Immun-Power: Basische Rezepte funktionieren auch mit vitaminreichen TK-Früchten, etwa Heidelbeeren.



## Die Jubilare Der NAVC sagt: „Ein herzliches Dankeschön“

Der NAVC dankt an dieser Stelle allen, die mit dem Erscheinungsmonat unserer Clubzeitschrift 50, 40, 30, 20, 15 beziehungsweise 10 Jahre Mitglied im Neuen Deutschen Automobil- und Verkehrsclub sind.

Unser Clubsekretariat sendet Ihnen als kleines Dankeschön die NAVC-Treuenadel zu.

Je nach Mitgliedsjahr erhalten Sie die Nadel in Bronze, Silber, Gold oder Gold mit Jahreszahl.

### 10 Südwest

Oliver Parg, Fellbach

#### Nordbayern

Michael Eckert, Weißenburg

### 15 Mosel-Hunsrück-Nahe

Rolf Korell, Idar-Oberstein

Mathias Mohr, St. Wendel

#### Südwest

Mario Hahn, Worms, OT

Gabriele Lehmann, Hassloch

Marliese Rinder, Queidersbach

### 20 Hessen

Christian Reuter, Giessen

#### Südbayern

Alban Maerkl, Gerzen

### 30 Hessen

Jörg Fruzinsky, Wehrheim

### 40 Schleswig-Holstein

Jutta Amberg, Kaltenkirchen

### 50 Harz-Heide

Karl Gessat, Algermissen

#### Rheinland-Mitte

Johann Matten, Wesel

#### Hessen

Alfons Kirz, Bensheim

#### Mosel-Hunsrück-Nahe

Albert Falckenberg, Raversbeuren

#### Südbayern

Gisela Morgenstern, Raisting

Auf Grund der aktuellen Situation kam es leider in den letzten Monaten bei der Zustellung der NAVC Treuenadeln zu Unregelmäßigkeiten. –

Sollten Sie davon betroffen sein und die Ihnen zustehende Auszeichnung nicht bei Ihnen angekommen sein, bitten wir um Rückmeldung in der NAVC Clubverwaltung unter [Clubverwaltung@navc.de](mailto:Clubverwaltung@navc.de) oder Tel. 08744-8678.

## Eigener Sonnenstrom für die Mobilität von morgen – Photovoltaik-Anlagen auf dem Eigenheim richtig planen

Tankstelle in der Garage: Die Wallbox zum Aufladen des Elektroautos, ein Batteriespeicher sowie die Photovoltaikanlage auf dem Dach ergeben zusammen ein sinnvolles Energiekonzept für das Eigenheim.



Eine Photovoltaikanlage (PV) steht sowohl bei Bauherren als auch bei Eigentümern von älteren Eigenheimen hoch im Kurs. Dabei sollte man bereits bei der Planung auf die richtige Anlagengröße achten. Denn der Bedarf an grünem Strom wird in vielen Haushalten weiter wachsen, wenn das nächste Auto ein E-Fahrzeug werden soll. Da eine spätere Erweiterung einer PV-Anlage meist sehr aufwendig ist, sollte man von vornherein genügend Reserven für die Zukunft einplanen. Ebenso wichtig ist eine geeignete Lademöglichkeit für das Elektroauto von morgen. Für eine Garage oder einen Carport eignet sich eine sogenannte „Wallbox“. Sie wird fest installiert und ermöglicht ein zeitsparendes und sicheres Laden. Unter [www.eon.de/drive](http://www.eon.de/drive) gibt es dazu mehr Informationen.

Text und Bild: JL/djd/E.ON

## Impressum

**Offizielles Cluborgan des Deutschen NAVC e.V. – Neuer Automobil- und Verkehrs-Club e.V. (NAVC)**

Johannesbrunner Straße 6, 84175 Gerzen

Telefon: 08744-8678 · Fax: 08744-9679886 · E-Mail: [post@navc.de](mailto:post@navc.de)

**Berichte an die Redaktion:** E-Mail: [clubnachrichten@navc.de](mailto:clubnachrichten@navc.de)

**V.i.S.d.P.:** Joseph Limmer

**Gestaltung und Druck:** Ortaier Druck GmbH, Birnbachstraße 2, 84160 Frontenhausen, Telefon 08732-9210-758

**Redaktionsschluss für die Ausgabe Dezember: 20. November 2020. Die nächste Ausgabe erscheint am 9. Dezember 2020.**

