

“速度要快！姿势要帅！”3月23日上午，2025宁波马拉松激情开跑。当众人的目光聚焦在赛道上时，路边一位“呐喊哥”却以他独特的加油方式火遍全网。

宁波“呐喊哥”火了！

从退役军人到志愿先锋
他用热情守护城市温暖



李信标在2025宁波马拉松现场。

1 他用呐喊声传递宁波热情

视频中，这位“呐喊哥”活力四射，他挥舞着拳头，高声呐喊：“速度要快！姿势要帅！”周围的市民也被他的热情感染，纷纷加入呐喊队伍，整齐划一、铿锵有力的加油声瞬间点燃了现场氛围。许多参赛者在视频下留言点赞：“氛围太棒了，感动！”“宁波的热情让人难忘，希望明年还能再来！”

这位“呐喊哥”名叫李信标，鄞州五乡人，今年55岁，是一名退役军人。他说，难得这一次的马拉松跑到了家门口，当天一早他就出发了。

“一开始我在半马终点附近喊‘加油’，为冲刺的选手鼓劲。”李信标回忆道，喊了半小时后，他突然意识到，

最需要加油的其实是临近终点的那段路程。于是，他跑到离半马终点200米处，换上了新口号：“速度要快！姿势要帅！”

“赛道上很多选手都是远道而来的客人，他们在前方拼尽全力，我们在后方呐喊助威，作为宁波市民，一定要展现出我们的热情！”李信标越喊越起劲，声音一浪高过一浪。周围的市民也被他的激情感染，纷纷加入呐喊队伍。

“本来不好意思喊，但看到阿标哥这么投入，我们也放开了！”现场市民纷纷表示，希望通过这样的方式，让参赛者感受到宁波的热情与温暖，留下难忘的回忆，记住这座充满活力的城市。



李信标是八一女篮邱隘阿标啦啦队队长，正在赛场上呐喊加油。

2 退役军人一身正气护平安

一直以来，李信标都是一个充满热情的人。他不仅是反扒志愿者，还担任鄞州邱隘镇“红平果”平安志愿者服务队队长，平日里更是居民们信赖的“老娘舅”，调解邻里纠纷，化解矛盾。

1991年12月，李信标入伍，成为武警江苏省总队第一支队的一名武警战士。1994年退役后，他回到家乡，继续以另一种方式守护着这片土地。2002年，宁波市公安局招聘反扒志愿者，李信标毫不犹豫地加入了宁波市义务反扒志愿者大队。“这里都是与我志同道合的人，能和有正义感、有担当的伙伴并肩作战，我感到无比自豪。”李信标说道。

从此，李信标便利用业余时间积极参与各类义务反扒活动。他协助公安部门抓获了多名违法犯罪嫌

疑人，并组织防扒宣传进社区、进企业、进学校。此外，他还多次下水救人、救助受伤女青年、帮助群众找回走失儿童、帮教感化失足少年，做过的好事不计其数。

2005年的一天，李信标在上班途中协助公安机关抓获了一个盗窃团伙。“当时我在汽车东站等公交车，在站点发现有一群人鬼鬼祟祟，不像是普通的乘客。”果然，这群人趁一位女士不备，偷走了她的项链。

得手后，盗窃团伙迅速上了一辆面包车准备逃离，李信标立即打了一辆出租车紧跟其后。其间，李信标马上报警，并与盗窃团伙斗智斗勇，一路追踪。最终他与警方合力将6名嫌疑人全部抓获，整个过程仅用了一个小时。



在做志愿服务时，李信标抱起中暑的农民工，将其送往医院。



李信标(左一)和队员在汽车东站抓捕骗子团伙。

3 侠骨柔情守护温暖

因为反扒志愿者的身份，李信标被许多宁波人所熟知，大家亲切地称呼他为“阿标”。2006年，李信标来到鄞州区邱隘镇综治大队工作，继续发挥自己的特长，组建了一支10人的便衣队，协助公安机关打击违法犯罪活动。

自2006年11月以来，这支便衣队协助公安机关破获了多起案件，包括盗窃电瓶车团伙、吸毒团伙、赌博团伙、诈骗团伙、抢劫团伙、扒窃团伙等，为维护辖区社会治安作出了重要贡献。

在大家眼中，李信标是一个刚直、勇敢的人，但在这份刚毅背后，他还有着一颗柔软的心。有一次，李信标在捣毁一个聋哑扒窃团伙时，解救出一名年仅16岁、被团伙控制的聋哑女孩。女孩的父母对她不管不顾，李信标便将她安置到一家好心人的工厂，并专门安排师傅手把手教她技能。每隔几天，李信标都会抽空去看望她，关心她的生活和工作。在他的悉心关怀下，女孩逐渐走出阴影，重新融入社会。如今，女孩已结婚生子，李信标还受邀成为她的证婚人。

2018年6月，李信标组建了“红平果”平安志愿者服务队，从此，他将几乎所有的业余时间都投入到了志愿服务中。如今，这支队伍已发展到100多人。他带领队员们走进学校、企业、社区和广场，开展“文明劝导”“五水共治”“垃圾分类”“扫黑除恶”“安全防范”“帮困助学”等一系列公益活动。

现在，李信标将更多精力放在了“一老一小”的关怀上。他为老年人开展防诈骗宣讲，向孩子们传递正能量教育。由于深受居民信任，李信标还经常参与矛盾纠纷调解，成为邱隘人民口中的“老娘舅”。

当被问及为什么如此热衷于志愿服务时，李信标说，作为一名退伍军人，这是他的责任与担当。“在做志愿者的过程中，我不仅帮助了别人，也收获了内心的满足和快乐。”

记者 王悦宁 通讯员 石海彤/文
受访者供图