沈汝波，男，汉族，1960年7月出生，海港区先茂里社区的一名普通共产党员。1978年，18岁的沈汝波参军入伍，立下了“一生要做10万件好事”的誓言。1983年沈汝波同志退伍来到秦皇岛工作。近40年来，他坚持每天为群众做好事，用11万余件好事践行着当时的誓言，传递着温暖社会的正能量，把用来计数的“正”字写满港城，镌刻在群众心中。沈汝波同志是优秀共产党员的代表、优秀退役士兵的代表、优秀市民的代表。他发起成立了“党义”学雷锋志愿者服务站和爱心服务团队，在他的感召下，越来越多的人自觉投入到做好事的队伍中来。

人民日报、新华社、光明日报、经济日报、中央人民广播电台、中央电视台等中央新闻媒体，分别在重要版面、重要时段集中采访报道了沈汝波同志40年如一日，不忘初心、牢记使命，生命不止、奉献不已的先进事迹。他先后被授予省市区“优秀共产党员”、河北省“十大志愿服务标兵”、河北省“最美退伍兵”、燕赵楷模、海港区“平民偶像”等荣誉称号。2017年，市委作出决定，深入开展“接力沈汝波、为民做好事”活动，号召全市共产党员和市民向沈汝波同志学习，在全市引起强烈反响。一年来，超过60万人次投身于“全民洗城”、“烟头革命”等志愿服务活动，千千万万个沈汝波式的好党员、好干部、好市民的身影，与沈汝波一道，成为秦皇岛最靓丽的风景线，成为践行党的宗旨，实现高质量发展的动力源泉。沈汝波同志的精神，永远是秦皇岛最可贵的财富。