

КАРОЛИНА КОНДРАТЬЕВА

БЛОГЕР

СТАРШИЙ БОРТПРОВОДНИК

НЕБО ВНУТРИ

истории стюардессы
о жизни, людях и полетах,
которые учат быть сильнее

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва

УДК 656.7
ББК 39.5
К64

В оформлении обложки использована фотография:
mipan / Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock / FOTODOM

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации:
Hunter Leader, ZipDesign / Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock / FOTODOM

Кондратьева, Каролина Константиновна.
К64 Небо внутри. Истории стюардессы о жизни, людях и полетах, которые учат быть сильнее / Каролина Кондратьева. — Москва : Эксмо, 2026. — 304 с. — (Люди риска. Реальные истории из жизни профессионалов).

ISBN 978-5-04-229304-7

Что чувствуют люди, которые дарят нам спокойствие и безопасность высоко над облаками? Каролина Кондратьева, прошедшая путь от неуверенного стажера до бренд-амбассадора авиакомпании, а сейчас — популярный блогер, приоткрывает завесу тайны.

За пять лет в небе она видела всё: радость, панику, любовь, силу и смерть. Эта книга — ее откровение. Вы узнаете, что на самом деле происходит за закрытой дверью кабины, как экипаж готовится к полету и почему у них нет права на ошибку.

Это история о дисциплине и страхе, одиночестве и любви. О тех, кто улыбается, даже когда страшно. Прочитайте — и вы никогда не посмотрите на полет и экипаж так же, как раньше.

УДК 656.7
ББК 39.5

ISBN 978-5-04-229304-7

© Кондратьева К., фото, 2026
© Кондратьева К.К., текст, 2026
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Посвящение.4
Введение. Добро пожаловать на борт!	5
1. Рабочий день бортпроводника7
2. Роли в экипаже69
3. Разруливаем конфликты.83
4. Ничего случайного91
5. Без паники97
6. Правда о самой загадочной части самолета105
7. Осторожнее со словами!113
8. Безопаснее, чем кажется121
9. Кировская тайна.129
10. Экскурсия в кабину137
11. Андрей145
12. Когда все спят155
13. Рейс, который меня изменил161
14. Всегда красивые. Или нет?167
15. Экзамен173
16. Турбулентность как передышка179
17. Курящие, пьяные, буйные185
18. Секреты экипажа193
19. Сутки в Челябинске201
20. Еда для пилотов209
21. Незаметное правило, которое может спасти жизнь219
22. Небо любит романтиков225
23. Любовь на высоте233
24. Одиночество245
25. Лучший рейс в моей жизни255
26. Четвероногие пассажиры.269
27. Когда духи становятся угрозой279
28. Забытые вещи287
Заключение.297

Посвящение

Эта книга — о небе, но родилась она благодаря людям, которые оставались на земле и ждали меня, — благодаря моим родителям.

Папе — самому надежному человеку в мире, который провожал меня ранним утром и встречал поздно ночью. Неважно, прилетала ли я в час ночи или в четыре утра, — он ждал на улице, садился за руль моей машины и сам ее парковал. Он избавлял меня от этой суеты, чтобы я могла просто пойти домой и наконец выдохнуть. Его забота всегда была теплой, тихой и настоящей.

Маме — моему сердцу и крыльям. Именно она привела меня в авиацию, верила в меня, когда я сомневалась, вдохновляла, когда у меня опускались руки. В самом начале она вставала вместе со мной в пять утра, делала мне прическу, гладила форму, чтобы я выглядела идеально. Помогала снимать видео, слушала истории после рейсов, радовалась каждому моему взлету. Она сделала для меня все. Ее забота и любовь были со мной даже там, где, кажется, никого нет, — на высоте 11 тысяч метров.

Моему мужу. Ты — мое самое красивое путешествие. Благодаря тебе я начала узнавать мир, открывать новые страны, возможности и мечты. Ты подарил мне яркую, настоящую, полную смысла жизнь. Ты — моя любовь, моя опора. С тобой все изменилось. И я благодарна небу за тебя.



ВВЕДЕНИЕ ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ НА БОРТ!

Иногда меня спрашивают: «Почему ты стала стюардессой?» Но правильнее было бы спросить: «Почему ты влюбилась в небо?»

Мой путь в авиацию начался не с мечты — он начался с мамы. Это она однажды, почти между делом, сказала: «Попробуй. Это может быть твое». Она увидела во мне то, чего я сама тогда не замечала. Она поверила в меня, направила, подтолкнула. И — как это часто бывает с самыми важными решениями — одно короткое «попробуй» изменило всю мою жизнь.

Первая форма. Первый рейс. Первый взлет — и момент, когда сердце замирает от восторга. Я поняла: никуда, кроме неба, больше не хочу.

За пять лет в авиации я прошла путь от стажера до старшего бортпроводника. Я стала ментором, обучала новичков, помогала им справляться с их первыми страхами. Была лицом авиакомпании как бренд-амбассадор — гордо носила форму и знала, что она значит. Я встречала рассветы на трапе и провожала закаты в небе над неизвестными городами. Держала за руку пассажира с панической атакой и успокаивала тех, кто дрожал от страха. Плакала от усталости в гостиничных номерах. Смеялась

Введение. Добро пожаловать на борт!

на кухне вместе с коллегами. Влюблялась в людей, в небо, в это ощущение, будто находишься где-то между землей и чем-то большим.

Авиация — это не просто профессия. Это жизнь по другим правилам. Здесь ты учишься быть безупречной и собранной снаружи, даже если внутри бушует буря. Ты улыбаешься, когда тревожно. Спокойно говоришь: «Все хорошо», — когда сама еще в этом не уверена. Ты идешь по салону на каблуках, как по подиуму, и ни один пассажир не догадывается, как сильно болят ноги. Но ты продолжаешь, потому что это не работа — это выбор, это характер.

Эта книга — не просто сборник историй. Она — о жизни между рейсами. О страхах и спокойствии. О голосе командира, который говорит: «Мы рады приветствовать вас на борту самолета "Boeing 737-800"».

Я писала каждую историю с любовью, чтобы вы почувствовали все, что чувствовала я: где-то улыбнулись, где-то затаили дыхание, где-то, возможно, даже прослезились. А главное, чтобы вы посмотрели на экипаж иначе — не как на людей, которые разносят еду и воду, а как на тех, кто каждый рейс охраняет ваше спокойствие и вашу жизнь.

Эта книга для тех, кто любит небо; для тех, кто его боится; и для тех, кто хочет понять, что происходит там, когда гаснет свет и закрываются двери.

Спасибо, что открыли эту книгу. Добро пожаловать на борт! Пристегните ремни — мы взлетаем.



РАБОЧИЙ ДЕНЬ БОРТПРОВОДНИКА





03:30. Будильник срывает меня с теплой постели. В голове вопрос: «Куда я сегодня лечу?»

Рейс Москва — Стамбул. Вылет в 04:30 UTC, что по московскому времени — 07:30. В авиации время всегда считается по мировому стандарту. И это ловушка: многие коллеги, забыв о разнице, приезжали раньше или позже расписания.

Каждый рейс для меня особенный, и всегда есть небольшое волнение. Какие коллеги сегодня? Какие будут пассажиры? Какие испытания приготовило небо?

Я принимаю душ: ледяные струи помогают проснуться и настроиться. Затем плотный завтрак. Это не формальность, а жизненная необходимость. Тост с рыбой, авокадо, шпинат — энергия на долгие часы. Кофе, горький, крепкий, обжигающий. Без него мой рабочий день не начнется.

Я вспоминаю историю: однажды стажерка пренебрегла завтраком и на борту, прямо перед пассажирами, потеряла сознание. Испуганные лица, экстренные действия, страх, паника, растерянность пассажиров... Ты должен быть сильным всегда. Слабость в небе стоит слишком дорого.

Рабочий день бортпроводника

04:15. Перед зеркалом начинается ритуал — создание образа бортпроводницы. Макияж — обязательная часть. Оттенки теней только нейтральные: бежевый, светло-розовый. Аккуратно рисую стрелки, собираю волосы в строгий пучок. Красная помада — знак силы и уверенности. «Ты — лицо компании», — звучит в голове.

В авиакомпании целый свод правил, касающихся внешнего вида: серьги — только жемчуг, маникюр — в спокойных бежевых или молочных оттенках, часы — обязательны, без них нельзя выйти на работу. За нарушение — штраф.

Документы: ID-карта, свидетельство бортпроводника, паспорта, медицинская справка — все проверено трижды. Ошибка может стоить рейса.

Сегодня у меня командировка в Стамбул. От предвкушения внутри все дрожит как тонкая струна. Надеюсь, экипаж соберется хороший, ведь от того, как мы «заладимся» в полете, зависит весь рейс: атмосфера на борту, слаженность работы и даже планы после прилета. Сможем ли выбраться вместе в город, прогуляться по Стамбулу, выпить турецкого кофе? Это всегда лотерея, и мне хочется вытянуть счастливый билет.

Вчера вечером я уже все подготовила: чемодан стоит у двери, в нем — пижама, запасные колготки, платье, босоножки, косметичка, свитер для вечерних прогулок. Рядом лежит моя рабочая сумка с необходимым минимумом: документы, расческа, ручка, блокнот, миниатюрный флакон духов.

Рабочий день бортпроводника

Делаю глубокий вдох, бросаю последний взгляд в зеркало. «Готова», — шепчу себе и улыбаюсь. Дверь захлопывается, за ней остается моя домашняя жизнь. Впереди — небо, стальные птицы и десятки лиц, которые еще не знают, что на этом рейсе я стану их проводником в безопасности.

05:30. Улицы еще сонные, метро только открылось. Через пятнадцать минут я уже в родном аэропорту Внуково. Иду в зону брифинга, где встречу своих коллег.

Первым делом прохожу врача. Он смотрит в глаза, измеряет температуру и проверяет пульс.

— Самочувствие?

— Прекрасное, — уверенно отвечаю.

— Хорошего рейса!

Был случай, когда врач отстранил бортпроводника за воспаленное горло: в самолете любое недомогание обостряется.



Я — старший бортпроводник на этом рейсе. Моя задача — не только организовать работу в салоне, но и убедиться, что каждый член моей команды готов к полету: внешний вид, документы, знания.

Рабочий день бортпроводника

Проверяю, кто сегодня со мной в экипаже, через специальную программу: и знакомые, и новые лица. Вижу фото командира, второго пилота и своих рядовых бортпроводников. Сегодня в моем экипаже Алина, Анастасия, Виктория.

Подхожу к командиру.

— Доброе утро! Выспались? — улыбается он.

— Вроде бы, — улыбаюсь в ответ.

— Брифинг через тридцать минут. Успеете еще перекусить.

Я люблю это время до рейса. В зоне брифинга особая атмосфера: легкий гул голосов, вопросы «Куда летишь?» и пожелания хорошего рейса.

В этот момент ко мне подходит мой первый рядовой бортпроводник — Алина. Она выглядит безупречно: форма выглажена, платок завязан идеально, легкий макияж подчеркивает ее улыбку. Я встречаю Алину теплым взглядом и бегло сверяю ее документы — все отлично.

— Ну что, полетаем? — шучу вполголоса.

Алина кивает и улыбается. Так начинается наш рабочий день.

Ко мне подходят еще две бортпроводницы — Настя и Вика. Я проверяю их документы и внешний вид. Все соответствует стандартам, и я улыбаюсь, удовлетворенная порядком в команде. Теперь, когда все проверено, мы вместе ожидаем начала брифинга.

06:30. Я громко зову своих коллег:

Рабочий день бортпроводника

— Кто летит в Стамбул, на брифинг!
Рядовые бортпроводники подходят ко мне.

— Доброе утро, коллеги! Меня зовут Каролина. Сегодня летим в солнечный Стамбул. Время вылета — 04:30 UTC (07:30 по Москве). Пассажиров — 180 человек, среди них семь детей и два младенца.

Наша главная задача, чтобы все остались довольны. И самое важное — безопасность на борту.

Теперь начинается обязательная часть — проверка знаний.

Я смотрю на Вику.

— Виктория, порядок тушения пожара в салоне?

Вика отвечает четко:

— Надеть перчатки, взять огнетушитель, разрядить огнетушитель на основании огня; тушить до тех пор, пока пламя не погаснет; залить источник водой, кроме электрического пожара, осмотреть зону и убедиться, что пожар потушен.

— Молодец, Вика.

Все допущены до рейса. Моя команда готова.

— Напоминаю ваши позиции на рейсе, — говорю я.

Распределение было отправлено нам еще за пять часов до полета по электронной почте, но повторение — залог точности.

Рабочий день бортпроводника

1L — Каролина. Это моя зона. Передняя левая дверь

1R — Алина. Передняя правая дверь

4L — Виктория. Задняя левая дверь

4R — Анастасия. Задняя правая дверь

Каждый из нас отвечает не только за конкретную дверь, но и за определенную зону салона. Свои ряды, свои пассажиры.

Пилоты общаются между собой:

— По самолету замечаний нет. Погода отличная, возможны грозы на маршруте.

— Принято.

06:45. Мы всем экипажем подходим к досмотру, и с этого момента начинаются те самые процедуры, через которые ежедневно проходят тысячи пассажиров. Несмотря на нашу униформу и уверенность в движениях, для служб безопасности мы точно такие же путешественники, как и все остальные. Мы встаем в очередь на таможенный контроль. Служба безопасности строго следит за порядком, и никаких исключений для экипажа не предусмотрено.

Мгновение напряжения сменяется привычным облегчением, когда сотрудник службы безопасности кивает, возвращая документы. Он проверил мой паспорт, ID-карту и посмотрел сводно-загрузочную ведомость: убедился, что я есть в списке. Процедура хоть и стандартная, но каждый раз вызывает особое чувство ответственности и некоторого волнения: малейшая задержка может сорвать график подготовки к рейсу.

Рабочий день бортпроводника

Далее мы снимаем верхнюю одежду, пиджаки и ремни, выкладываем личные вещи и ручную кладь на ленту и проходим через металлодетектор. Пройдя таможенный контроль, мы направляемся к служебной машине, которая уже ждет нас возле терминала.

Ранним утром аэропорт выглядит иначе, чем в течение дня. Солнце только начинает окрашивать небо в мягкие золотистые и розовые оттенки, а воздух наполнен прохладой и свежестью. Мы садимся в машину и отправляемся в путь по взлетному полю, мимо нас проплывают один за другим лайнеры разных авиакомпаний.

Машина движется плавно, словно лодка по тихой воде, среди океана самолетов, величественных и молчаливых. Возле некоторых лайнеров уже суетятся сотрудники наземных служб.

Во время короткой поездки мы обмениваемся новостями и шутками, обсуждаем, у кого какой налет запланирован на месяц. Эти короткие разговоры заряжают энергией, особенно когда пилоты начинают шутить, разряжая атмосферу и настраивая всех на позитивный лад.

Наконец из-за поворота появляется наш красавец-самолет, освещенный первыми лучами рассветного солнца. Он стоит гордо и спокойно, словно знает, что впереди ждут новый день и новое путешествие. Его корпус блестит от утренней росы, и кажется, будто он тоже только что проснулся и улыбается, готовясь встретить экипаж и первых пассажиров. Глядя на него, понимаешь, насколько огромна ответственность каждого из нас за то, чтобы этот величественный лайнер безопасно взмыл на небо и приземлился в пункте назначения.