إلى الطاولة، بينما الفلسطيني تأتيه الطناجر إلى الغرف ويُصب له الطعام في «كعرات» من البلاستيك.

٣ ــ **الصحة:** في كل سجن هناك عيادة، والطبيب يزور السجن مرتين في الاسبوع، وأحياناً مرة واحدة، وأحياناً لا يحضر. وهناك تفرقة في العلاج. فالمشاغبون (حسب رأي الادارة) يحرمون من العلاج الصحيح، أو الكافي، مما أدى إلى إصابات كثيرة بأمراض مزمنة واستشهاد آخرين (عدد الذين استشهدوا داخل السجون ٧٨) وأهم الأمراض المزمنة، القرحة، البواسير، الأسنان، العيون، الروماتيزم. أما العمليات الجراحية فتتم تبعاً للدور، وقد تقرر العملية اليوم لتُجرى بعد أعوام. كما تستعمل إدارة السجن العيادة، لمحاولة تجنيد الأسير في العمل مع الادارة، بحيث باتت، في نظر الأسرى، مكاناً مشبوهاً مما يدعو الكثيرين من الأسرى إلى تحمل المرض وعدم التردد على العيادة.

٤ ــ **الثقافة:** تسمح إدارة السجن، الآن، بادخال الكتب، وقد انتُزع ذلك كحق، من خلال الاضرابات والتمردات. وكما يقول أحد الأسرى: فإن ثمن كل كتاب كيلوات من الدم. يمر الكتاب على الرقابة أولاً إذ أن المهمة الأساسية للرقابة منع التكامل في عملية البناء الثقافي والفكري لدى المناضل الأسير؛ بحيث تصبح تلك العملية عبئاً عليه، مما يؤدي إلى انعكاسات سلبية على وحدة الصف الوطني داخل السجن، بمعنى أن يصبح المتدين متزمتاً، ويجنح اليساري إلى الممارسات الطفولية، مما يؤدي إلى خلق الصراعات، التي تفتت وحدة المناضلين، كما حصل في سجن عسقلان مثلاً، لكن مسؤولي الأسرى والجهد الذاتي للأسرى الأكثر وعياً وثقافة، والتجربة الطويلة أدت إلى تفويت الفرصة على العدو، على قاعدة إرجاع الجميع لفهم شروط ومضمون مرحلة التحرر الوطني، الأمر الذي خلق وحدة قوية داخل السجون.

هذا وتتم عملية شراء الكتب من خلال الصليب الأحمر الدولي، أما مدارس التعليم داخل السجون فقد سمحت بها الادارة لتعليم اللغات والمواد العلمية، ثم عادت ومنعت ذلك خصوصاً تعلم اللغة العبرية، لكن المدارس قائمة بشكل سري داخل الغرف. أما على صعيد السجين اليهودي، فهناك، في كل سجن، ضابط ثقافة مكلف باحضار أي كتاب يطلبه السجين وتُوفَّر لهم كافة الصحف. بينما أسرانا لا يزوَّدون إلا بجريدة «الأنباء» (جريدة المخابرات الاسرائيلية).

٥ ــ **الترفية:** لا توجد أية وسيلة للترفيه. فالراديو ممنوع وكذلك التلفاز والسينما. على عكس السجين اليهودي. كما يمنع الأسير الفلسطيني من ممارسة أي نوع من الرياضة، بينما يمارسها السجين اليهودي ويملك ملابس خاصة للرياضة، ويحق له أن يقتني أي نوع من الملابس. بينما لأسيرنا بدلتا سجن صيفيتان واثنتان شتويتان، وغياران داخليان طوال العام ويشترط أن يكون لونهما أزرق.

٦ ــ **«الفورة» (الفسحة اليومية):** «الفورة» لمن يُحبس في السجن العام، من الفلسطينيين، مدتها ساعتان وعلى دفعات، والمدة في السجن الانفرادي ساعة واحدة ولكل